ముఖ్య గమనిక

ఆడపిల్లలకు పద్దెనిమిదేళ్లు, మగ పిల్లవాడికి ఇరవై ఒక్క ఏళ్లు. నిండాగానే పెళ్ళి చేసుకోవాలి. చదువు పూర్తి కాలేదనో, ఉద్యోగం దొరకలేదనో అశ్రద్ధ చేయకూడదు. శారీరిక అవసరాలు సకాలములో తీరకపోతే వక్రమార్గాలకు లోనయి నేటి యువతరంపాడ వుతున్నది. మీరూ అలా పాడవకూడదు జీవితంలో వివాహం ఒక సమస్య కాకూడదు. కనుక సవర్ణ వివాహాలు మంచివి. అందరికీ ఆమోదయోగ్యమయినవి. దాంపత్య జీవితం ఆనందం కోసమే కాదు: వంశవృద్ధికోసంకూడా అవసరం. శారీరిక సంతృప్తితోపాటు మాన సిక సంతృప్తికూడా దీనివల్ల లభిస్తుంది. పరిశుభ్రత, బాధ్యత సంస్కార దృక్పథమూ లభిస్తాయి.

వ్యభిచారం చేయకండి. సిఫిలిస్, గనేరియావంటి ప్రమాద కరమయిన వ్యాధులకు లోనవుతారు.

హస్తరతికి పాల్పడకండి. ఆడవాళ్ళకయితే జననాంగం చెడు తుంది. పురుష సంపర్కంపై కాంక్ష నశిస్తుంది. మగవాళ్ళకయితే హస్తరతివల్ల నరాల దుర్బలత్వమూ నపుంసకత్వమూ ప్రాప్తిస్తాయి.

వివాహం కానివారు కఠిన బ్రహ్మచర్య నియమాలను పాటి స్తూ, సంయమంతో ఉండాలి. సినిమాలు చూడకూడదు. సెక్సుకథలు చదవకూడదు. స్త్రీలతో సంభాషణలు పెట్టుకోకూడదు. మగవాళ్ళు శరీరవ్యాయామం. ప్రాణాయామం చెయ్యాలి.

స్వప్న స్ఖలనాలు ప్రమాదకరంకావు. వాటిగురించి మనసు పాడుచేసుకోకండి.

ఒకరిని ప్రేమించి, ఇంకొకరిని పెళ్ళి చేసుకోవద్దు. ప్రేమలు విజయవంతంకావని మరచిపోవద్దు. యెవరిని పెళ్ళి చేసుకున్నారో వారినే ప్రేమించటం అభ్యసించండి. మీ భాగస్వామి లోపాలగురించి ఆలోచించకండి. సుగుణాలగురించి మాత్రమే ఆలోచించండి. వాటిని బహిరంగంగా మెచ్చుకోవటం నేర్చుకొండి.

కుటుంబనియంత్రణకు మొదటినుంచీ ప్రయత్నించవద్దు. పుట్ట వలసిన ఒకరిద్దరు పిల్లలూ పుట్టేదాకా ఆగి. ఆ తరువాత శస్త్రచికిత్స చేయించుకొండి. శస్త్రంతో సంతాన ధారణావకాశం శాశ్వతంగా అఖరవవుతుందని జ్ఞాపకం పెట్టుకొండి. ఇంకే సమస్య ఉన్నా మాకు వ్రాయండి.

10-4-81 —రాంషా అండ్ శిరీష

సెక్స్ సైన్స్

పక్షవాత నపుంసకత్వం

సమాజంలో కొందరు చాలా బలహీనంగా ఉంటారు. కొందరికి శరీరంలో మొండెం చిన్నదిగాను, కాళ్ళూ చేతులూ పొడవుగానూ ఉంటాయి. ఆ విధంగా చాలా పొడవుగా ఉంటారు. బక్కగా, బలహీనంగా ఉంటారు. ఆ రకం మనుషుల్ని Asthenic వర్గమని అంటారు. వారికి నపుంసకత్వం అంగికదోషాలవల్ల కలుగుతుంది. కొందరికి Atonic నపుంసకత్వం గాని Paralytic నపుంసకత్వంగాని ఉంటాయి.

సాధారణంగా రమించాలన్న కోరిక మనసులో కలగగానే (ప్రేరణ యేదయినా కానివ్వండి) కామోద్రేకం మనసునుంచి వెన్ను కేంద్రంలోకి ప్రవహిస్తుంది. అ కేంద్రమే ఆ ఉద్రేకాన్ని అంగ నరాలలోకి, కండరాలలోకి మళ్ళిస్తుంది. అప్పుడే అంగం స్తంభిస్తుంది. అలా అంగం స్తంభించిన తరువాత అంగప్రవేశం చేసి, కొంతసేపు రతి జరపగా, శిశ్నంలో కలిగిన ప్రేరణ ఉద్రేకాన్ని తిరిగి వెన్నుపూసలోని స్తంభన కేంద్రానికి పంపుతుంది. అది దానిని స్ఖలనకేంద్రంలోకి పంపగానే అది ప్రేరేపింపబడి, వెంటనే స్ఖలనమయిపోతుంది. యిదే అందరికి రతిలో జరుగుతుంది.

కొంతమంది విపరీతంగా హస్తక్రియకి అలవాటు పడతారు. మరికొంతమంది స్త్రీలతో అత్యధికంగా రతి జరుపుతారు. రోజు: గొప్పకోసం నాలు

గయిదుసారులు రతి జరిపేవారుకూడా ఉన్నారు. మరికొందరు కఠిన బ్రహ్మచర్య నియమాలతో ఉంటారు. కాని వారి మనసు స్త్రీ సంపర్కపు ఆలోచనలతో ఉడికిపోతుంటుంది. తృప్తిపొందే అవకాశం లేక కుమిలిపోతూ ఉంటారు. వారికే పక్షవాత నపుంసకత్వం వస్తుంది.

వీర్యం స్ఖలించకుండా నిలుపుకుంటూ రతి జరిపే వారికికూడా ఈ పెరాలిటిక్ నపుంసకత్వం వస్తుందని హఫ్నర్ అన్నాడు. అసలేవీర్యాన్ని స్ఖలించకపోతే ఆమాటనిజమే. కాని స్ఖలన సమయంలో అంగాన్ని యోనినుండి ఉపసంహరించుకుని యోనిబయట స్ఖలించేవారికి యిదిరాదు. అట్టి మగవారివల్ల స్త్రీలకు పొత్తికడుపు కండరాలు నరాలు దెబ్బతినిపోతాయి. అది వేరే విషయం.

ఈ సందర్భంలో మనం ఒకానొక ముఖ్య విషయాన్ని గమనించాలి భార్యతో సంగమించే వారికీ. పరస్త్రీలతో వ్యభిచరించే వారికి తేడా ఉంది. శరీరతః ప్రతివాడికి శుక్రకోశాలు శుక్రంతో నిండినప్పుడు కామోద్రేకం వస్తుంది. అప్పుడు మనసులో కామ భావనలేవీ ఉండవు. మనసులో కామ భావనలు లేకపోయినా కామోద్రేకం కలిగినప్పుడే భార్యను రమించేవాడు నిజమయిన బ్రహ్మచారి. ఆ కలియికవలన అతని నరాల వ్యవస్థ ఉపశమనం పొందుతుంది. శరీరమూ, మనసు నిర్మలంగా ఉంటాయి. ఆరోగ్యం యేమాత్రం చెడదు. ఆర్షరుషులు గృహస్థులకు విధించిన బ్రహ్మచర్యం ఇదే స్త్రీల విషయం చూడండి. వాళ్ళకి మగవాళ్ళ వలె కామోద్రేకం మనసునుండి పుట్టదు. సహజంగా శరీరంనుండే పుడుతుంది. అలా పుట్టినప్పుడే తమంతగా తాము వచ్చి భర్తను కావలించుకుంటాయి. ఈ పరిస్థితి నెలమొత్తములో బహిష్టు ముందురోజునా, నెల మధ్యలో ఒక రోజునా,

బహిష్టు స్నానం రోజునా—మొత్తం మూడు రోజులకన్నా యెక్కువగా ఉండదు. మగవాడు వారానికి రెండుసారులకన్నా శారీరక కామం పొందడు. మగవాడు స్త్రీని పట్టుబలవంతాన శారీరికంగా పేర్రేపిస్తేగాని కామంకలగదు అది జడప్రకృతి.

యే విధమయిన సహజ శారీరికోద్రేకం లేకపోయినా. కొంతమంది—ముఖ్యముగి వ్యభిచార ప్రవృత్తిగల మగవాళ్ళు—స్త్రీలగురించి, వారి అంద చందాలగురించి, వారిని రమించటంలో గల అనందాన్ని గురించీ ఊహలు పెంచుకుని ఊరికే మనసును ఉద్రేకపరచుకుంటూ ఉంటారు. వీరు మొదటి రకం మగవాళ్ళకు పూర్తిగా విరుద్ధ స్వభావం గలవాళ్ళు.

ఒకసారి రతి జరిపిన తరువాత తిరిగి రతి జరపాలంటే. ఏమనిషి అయినా తన మనసులో కామోద్రేకాన్ని ప్రేరేపించు కోవాలి. అప్పటికే తొలి రతివల్ల శుక్రకోశాలు కాళీ అయిపోతాయి. గనుక వాటినుంచి శిశ్నానికి లభించే ప్రేరణ యేమాత్రం ఉండదు. అనగా వాటి సహకారం లభించదు. ఆ పరిస్థితులలో మనిషికి రెండవసారి మూడవసారి కామోద్రేకం కలగాలంటే మనసును యెక్కువగా ప్రేరేపించవలసివస్తుంది. ఆ సమయములో దానికి యెక్కువ అలసట కలుగుతుంది. అలాగే మళ్ళీమళ్ళీ వెన్నుకేంద్రాన్ని కృత్రిమంగా ప్రేరేపించుకున్నందువల్ల అదికూడా అలసిపోతుంది కనుక ఒహపట్టాన స్ఖలనాన్ని కానివ్వదు. ఈ విధంగా రెండవ సారి యెక్కువసేపు రతి చేయగలుగుతున్నామని ఆ వ్యక్తి సంతోషించ వచ్చు. కాని, దాని ఫలితంగా అ వెన్నుకేంద్రం అలసిపోవటమూ పక్షవాత నపుంసకత్వం ప్రాప్తించటమూ జరుగుతాయి. అందుకే రోజూ నాలుగయిదుసార్లు

రతి జరిపేవారికి మొదట్లో అంగమునుంచి రక్తము పడుటమూ. ఆ తరువాత యెన్నేళ్ళకీ అంగం అసలే స్తంభించకపోవటమూ జరుగుతున్నాయి.

మొదట్లో కొన్నేళ్ళపాటు యే శీఘ్రస్ఖలనమూ లేకుండా రతిజరిపే వారికికూడా యిలా రోజూ నాలుగయిదుసార్లు రతి జరిపిన కొన్ని నెలలకే వెన్నుకేంద్రం అధిక నైశిత్యానికి పాల్పడి యెన్ని సారులు చేసినా శీఘ్ర స్ఖలనానికి పాల్పడటం ప్రారంభమవుతుంది. ఆ తరువాతనే నపుంసకత్వం స్థిరపడుతుంది ఆదే పెరాలిటిక్ దశ. ఈ దశలో అంగం స్తంభించదు. స్ఖలనమూకాదు వాంఛకూడా చచ్చిపోతుంది.

అందుకే మేము ఏ పురుషుణ్ని తన భార్యతో రోజుకు ఒక్కసారి మించి రతి చేయవద్దంటున్నాము. అదయినా కొత్త పెళ్ళికొడుకుల విషయంలోనే పెళ్ళయి ఏడాది దాటిన వాళ్ళంతా రోజు విడిచి రోజు రతి జరుపుకోవచ్చు. అదయినా ఒక్కసారే. ఆ ఒక్కసారి శీఘ్ర స్ఖలనమయి పోయిందిగదా అని. మానసిక ప్రేరణతో రెండవసారి రతి జరపటం ప్రారంభిస్తే ఆ రతి యెక్కువసేపే జరుగుతుంది. అలా జరుగుతోందని సంతోషించేవాడు ముమ్ముందు రాబోయే ముసలాన్ని గ్రహించలేడు. చేసిన ఒక్కసారి గంటసేపు రతి జరుపుకోవచ్చు. యెవరయినా సరే ఆఖర్నే స్ఖలించాలి. యిది విద్య. దీనిని సైకోథిరపీ ద్వారా సాధించవచ్చుగదా! యిక్కడకొచ్చిన దంపతులంతా ఆ విద్యను సాధించుకున్నారు. కనుక కష్టసాధ్యంగాని అసాధ్యంగాని కాదు. అలా రోజు విడిచి రోజు ఒకే ఒక్కసారి గంటసేపు రతి జరపటమే ఉభయులకూ ఆరోగ్య కరమయినది. ఇట్టి భార్యా భర్తలకు సంతృప్తి, తక్నాంతి లభిస్తాయి.

రతిలోవలెనే హస్తరతిలోకూడా పదే పదే పాల్గొనేవారు పెరాలిటిక్ నపుంసకత్వాన్ని పొందుతారు. కొందరికి భార్యదగ్గర వారికి అంగం స్తంభించదు. స్తంభించినా సడలిపోతుంది. లేదా తక్షణం స్ఖలించివేస్తారు. ఈ రెండూ పెరాలిటిక్ నపుంసకత్వానికి ప్రారంభ దశలని మరచిపోవద్దు.

ఇక అస్ఖలిత బ్రహ్మచారుల విషయం వీరి శుక్రకోశాలు ఎప్పుడూ నిండేఉంటాయి. కనుక మాటిమాటికి మూత్రం పోసుకోవలసివస్తుంది. అలాగే వారి వెన్ను కేంద్రంకూడా యెక్కువగా కామోద్రేకంతో క్షోభించటం జరుగుతుంది.

ఈ దశ అంకురించే ముందురోజులలోనే చాలామందికి నడుమునొప్పి కాళ్ళపీకు, తలనొప్పివంటివి ఆరంభమవుతాయి.

వేశ్యలతో తెగ తిరిగేవారికీ, పాతికేళ్ళదాకా పెళ్ళిచేసుకోకుండా హస్త రతికి పాల్పడే యువకులకీ రోజూ మూడునాలుగు సార్లు రతి జరిపే కొత్త పెళ్ళికొడుకులకూ పెరాలెటిక్ నపుంసకత్వం వస్తుంది.

లోకంలో మరో పొరబాటు అభిప్రాయం ఉంది. స్త్రీలంతా కామినులని అనగా కామదాహంతో తపించుకుపోతూ ఉంటారని కనుక వారిని ఎన్ని సారులు రమిస్తే అంత సంతోషిస్తారని యిది శుద్ధతప్పు.

యువతులకు ఒకటి రెండు కాన్పులు వచ్చేదాకా శారీరక కామం అంకురించదు. లేదా యిరవయి నాలుగేళ్ళయినా రావాలి. పురుష సంపర్కం లేని స్త్రీకి యెన్నడూ శారీరక కామప్రకోపం కలగదు. స్త్రీ సహజంగా జడ ప్రకృతి అయినందున మానసిక కామప్రేరణకూడా పొందదు. కామచైత

న్యము మగవాడిసొమ్ము స్త్రీని శారీరికంగా ప్రేరేపించటం ప్రారంభించిన పదినిముషాల తరువాతగాని కామం పుట్టదు. ఈ లోగా మగవాడు అవుటయిపోతేనే ఆమెకు కోపంవస్తుంది. అసలు ముట్టుకోకపోతే ఆమెకు యే బాధాలేదు. రెచ్చగొట్టి తీర్చకపోతేనే బాధ: ఇది నిత్య విషయం.

శారీరికంగా నెలలో మూడురోజులు యే స్త్రీకయినా కొంచెం మన్మధ తాపం కలుగుతుందని యిదివరకే చెప్పకున్నాం గదా. ఆ రోజులలో అయితే ఆమెకు పదినిముషాలలో తృప్తి లభిస్తుంది. యితర రోజులలో అయితే అరగంట పైగా పట్టాలి.

ఒకానొక మగవాడు తన భార్యను తన కామ సామర్థ్యంచే రోజూ అరగంట పైగా ప్రతిసారి రతి జరుపుతున్నాడనుకోండి. ఆ విధంగా అతడు రోజూ మూడు నాలుగుసారులయినా చేస్తున్నాడు. దీనివల్ల అమె మొదట్లో సహించినా త్వరలో ఆమెకు యోనిమంట బయలు దేరుతుంది. గాని. గర్భాశయకంఠంపై పుండుపడతాయి. శరీరంలో జవసత్వాలుడిగి బలహీనత (Asthe ia) ఏర్పడుతుంది. అమె కళ్ళు లోతుకుపోయి క్షీణించిపోతుంది. అదే కొనసాగితే ఆమెకు నడుమునొప్పి. కాళ్ళ పీకూ ప్రారంభమయి పూర్తి జడత్వం వచ్చేస్తుంది. మూర్ఛ అపస్మారం. గుండెదడ. వణుకు వంటి రోగాలుకూడా వస్తాయి. అమె శరీరమూ. జీవితమూ నిర్వీర్యమవుతాయి

అయితే రతికాంక్షతో కుమిలిపోయే కామినులు లేరా? ఉన్నారు. అది వారి వ్యాధి ఆరోగ్య లక్షణంకాదు.

యిలాంటి కేసులలో పేషెంట్లనుంచి మనం వినే కథలు ఈ విధంగా ఉంటాయి. మగవాళ్ళ విషయమే చెపుతున్నాము. ఆడవాళ్ళ యెంతనాశన

మయిపోయినా డాక్టరుతో చెప్పుకోవటానికి వీలులేదుగదా!

పేషెంట్లు అంటారు; మొదట్లో నాకు బాగానే ఉండేది. అంగస్తంభ నాలుకూడా యెక్కువగానే ఉండేవి: కాని అంతకంతకూ రతి సమయము తగ్గిపోతూవచ్చేది: మొదట్లో పావుగంటసేపయినా రతి జరిపేవాడు. ఇప్పుడు అరనిముషంకూడా చేయలేకపోతున్నాడు. అంగప్రవేశం కావటంతోనే స్ఖలనమయిపోతుంది. ఆ తరువాత రానురాను అంగస్తంభనంకూడా బలహీనం కాజొచ్చింది. అయినా వాంఛ మామూలుగానే ఉంటుంది. ఇటీవల బొత్తిగా అంగస్తంభనంగాని, స్ఖలనంగాని లేకుండాపోయాయి.

పై దశలన్ని ఒక్కొక్కటి ఒక్కొక్కరికి ఒకోకాలం ఉండవచ్చు. తొలిదశనుండి చివర దశకు చేరటానికి అరు నెలలనుంచి కొన్నేళ్లపట్టవచ్చు

యేది యేమయినా ఆరోగ్యం పాడయిన వారినయినా తిరిగి దారిలోకి తేగలమన్న ధైర్యం మాకుంది. మాకున్న అనుభవమే ఈ ధైర్యాన్ని మాకిచ్చింది.

స్ఖలనము భావప్రాప్తి

స్ఖలనరాహిత్యం

కొందరికి సహజంగా యెంతసేపు రతి జరిపినా స్ఖలనం కాదు. గంటసేపు రతిజరిపినా స్ఖలనంకాదు. భార్యకు మంటపెడుతుంది. అతనికి వడుములాగుతుంది. అయినా స్ఖలనంకాదు. కనుక ప్రయత్నం మానకుండా అలాగే మరికొంతసేపు రతిని కొనసాగిస్తే అప్పుడెలాగో స్ఖల

నమవుతుంది. యిలా అలస్యంగా స్ఖలనం కావటాన్ని స్ఖలనావరోధ (Ejac ılatio Retarda) మని శాస్త్రజ్ఞులంటారు. యిదిదోషం.

దాంపత్యంలో ప్రతిఒకరూ స్ఖలనాన్ని యెక్కువసేపు నిరోధించి రతి జరపాలని చూస్తారు. ప్రతిఒక్కరూ దానిని నేర్చుకోవలసిందే. లేకుంటే రతిలో భార్యకు సంతృప్తి లభించదు. ఆమెకు సంతృప్తి లభించిన వెం టనే స్ఖలింపగలగాలి. అది ప్రజ్ఞ.

"స్ఖలనావరోధం గలవారికి స్ఖలనశక్తి తమ అదుపులో ఉండదు. దాని అదుపులోనే వారుంటారు. స్ఖలనం అయితే అవుతుంది లేకపోతే రతిశక్తి అడుగంటుతుంది. స్తంభనంమాత్రం చల్లారదు.

రతిలో భార్యే భావప్రాప్తి పరంపర పొంది, సొమ్మసిల్లగానే భర్త తొందరగా రతిని ముగించాలి. అనగా వెంటనే స్ఖలించాలి. ఆలా స్ఖ లించినప్పుడే ఆమెకు సుఖంగా నిద్రపడుతుంది, హాయిగా నిద్రపోతుంది. అలా స్ఖలించలేక యింకా అతగాడు పది పదిహేను నిముషాలు కొనసా గించవలసి వచ్చినట్లయితే ఆమెకు యోని స్రావాలు ఆరిపోయి. మంటపెడు తుంది. సుఖానికి బదులు దుఃఖాన్ని భరించవలసివస్తుంది. కనుకనే స్ఖల నావరోధాన్ని (ఎజాక్యులేటియోరిటార్డా'ను) దోషంగా పేర్కొన్నారు.

తొలిసారి రతిని యెంత తొందరగా ముగించినా ఆ వెంటనే తిరిగి రతి జరిపినట్లయితే స్ఖలనం ఆలస్యంగా అవుతుంది. ఒక్కొక్కప్పుడు స్ఖలనం కాకుండానే రతి ముగిసి పోనూవచ్చు. అంగస్తంభనం దానికదే వైఫల్యం పొందవచ్చు మళ్ళీ మళ్ళీ రతికి అతడు ప్రయత్నించిన పక్షంలో

స్ఖలనం అసలేకాదు. ఒకొక్కప్పుడు వీర్యానికి బదులు రక్తపుచుక్కలు పడవచ్చు. ఈ పరిస్థితి వేరు.

వాంఛ తక్కువగా ఉండి, స్తంభనం బలహీనంగా ఉన్నప్పుడు కూడా రతికి యెక్కువసేపు పడుతుంది. అది ఉభయులకి యేమాత్రం సుఖంగా ఉండదు. ఈ పరిస్థితుల్లోకూడ స్ఖలనం కాకపోయే అవకాశం ఉంది. రతి మధ్యలో అంగం ముడుచుకుపోయే ప్రమాదం ఉంది. ఈ పరిస్థితి వేరు.

ఇవన్నీ శారీరక సమస్యలు

ఇంతకు ముందు వ్యాసాలలో భార్యాభర్తలిద్దరికీ సంతృప్తికరంగా ఉండటంకోసం రతి యెంత సేపు జరగాలో వివరించే ఉన్నాము. మళ్ళీ వేరే చెప్పవలసిన అవసరంలేదు.

వీర్య వాహికలు గనేరియా వ్యాధి ముదిరిపోయినందువల్లగాని, పుట్టుకతోగాని మూసుకుపోవటం జరిగితే స్ఖలనంకాదు. అలాగే బాలత్రైంగికత్వంగల వారికి, గర్భనిరోధక శస్త్ర చికిత్సలు చేయించుకున్న వారికి స్ఖలనం చాలా కొద్దిగా అవుతుంది అసలే కాకనూపోవచ్చు.

మానసిక కారణాలుకూడా లేకపోలేదు. భార్య అందంగా లేదనో ఇష్టంలేని పెళ్ళి జరిగిందనో ఏడుపు ఒకటి. మరో స్త్రీని ప్రేమించి మనసంతా ఆమెయందే లగ్నం చేసుకుని భార్యతో యిష్టంలేకుండా రమించటం ఒకటి. లేదా ఆమెకే అతనంటే యిష్టంలేకనో, మరొకన్ని ప్రేమించి ఉండటంవల్లనో సరిగా సహకరించకపోవటం ఒకటి. వారి జననాంగాలు పరస్పరం

తగినవి కాకపోవటంవల్ల ఏర్పడిన సంఘర్షణలో లోపం ఒకటి. పైకి ఉభయులూ ఆప్యాయత నటించినా మనసులో అయిష్టాన్ని, ద్వేషాన్ని దాచు కోవటంకూడా కారణమే.

స్ఖలనావరోధంకూడా సాంబంధిక విలువల్ని కలిగి ఉండటం గమ నించండి. ఒకడు భార్యను, గంటకు పైగా సంతృప్తికరంగా రమించగలడు వాడే పరస్త్రీని రమించబోతే అరనిముషంలోనే వాడికి స్ఖలనమయిపోయి అవమానం పాల్పడతాడు. నువ్వూ ఒక మగాడివేనా అనేస్తుంది. ఆ ప్రియు రాలు. మళ్ళీ దగ్గరకు రానివ్వదు అతనుకూడా ముఖం తప్పించుకు తిరు గుతాడు. ఇలాంటి కేసులలో సైకోథెరపీ ఒక్కటే ముఖ్యమయిన చికిత్స.

స్ఖలనాన్ని చాలాసేపు నిరోధించి చివరకు స్ఖలనం కాకుండానే రతిని పూర్తిగా ఆపివేసే విధానాన్ని కొందరు మగవాళ్ళు కుటుంబనియం త్రణ విధానంగా అనుసరిస్తున్నారు. దానినే కోయిటస్ ఇంటరప్టస్ అంటారు ఉద్రేకస్థాయిని పూర్తిగా స్వాధీనంలో ఉంచుకుని, యెక్కువసేపు రతి జరపవచ్చు. స్త్రీకి భావప్రాప్తి పరంపరలు లభిస్తాయి. విస్పృష్టి సుఖం లభిస్తుంది. మగవానికి స్ఖలనంమాత్రం కాదు. క్రమక్రమంగా అంగస్తం భనం దానికదే సడలిపోతుంది. రానురాను ఈ విధమయిన అస్ఖలిత బ్రహ్మచర్యం (రతి) వల్ల భార్యకు విస్పృష్టి సుఖం లభించటం మానివే స్తుంది. భావప్రాప్తులుకూడా ఆగిపోయి, నరాల దుర్బలత్వం వచ్చేస్తోంది. యిది కోరి తెచ్చుకున్న ప్రమాదం.

అయితే కోయిటస్ రిజర్వేటస్ వేరు. ఇంద్రియనిగ్రహంతో భార్యకు భావప్రాప్తి పరంపరం లభించి, పూర్తిగా సంతృప్తి పొందే వరకూ భర్త

స్ఖలనాన్ని నిరోధించి, ఆమె చాలు అనగానే స్ఖలించివేస్తాడు. దానివల్ల ఆ దంపతులకు యే అనారోగ్యమూ కలగదు. సరిగదా వారి దాంపత్యంలో అనురాగానందాలు తాండవిస్తాయి. ఈ విద్యనే మేము యువ దంపతులకు నేర్పుతున్నాము

అమెరికాలో ఒనీడా వర్గమని సుమారు మూడువందలమంది సభ్యులు ముప్ఫయేళ్ళుగా ఆదిమ కమ్యూనిస్టు విధానంలో జీవిస్తున్నారు. అదొక మతపరమయిన సాంఘిక ప్రయోగం ఆ సమాజంలో ఒక తరం పురుషులంతా అదేతరం అదేరకం స్త్రీలకు ఉమ్మడి భర్తలు. వారి సంతానం యావత్తూ ఉమ్మడి సంతానమే. వారు యదేచ్ఛగా ఒకొకరు రెండు మూడు రోజులకొక రాత్రి రెండు మూడు గంటలు రతితో పాల్గొంటారు. యిలా రెండు మూడు గంటలు రతి జరిపాక మగవాడు స్ఖలించటం జరుగుతుంది స్ఖలించకుండా పోనూవచ్చు. అయినా వారిలో ఆరోగ్యం యేమాత్రము పాడవలేదని వారిని పరీక్షించిన డాక్టర్ డిక్కెన్ సన్ వ్రాశాడు.

స్ఖలనరాహిత్యం

కొంతమంది ఎన్నాళ్ళు రతి జరిపినా యెన్నిసార్లు జరిపినా వారికి స్ఖలనంకాదు. అలస్యంగా అయ్యేవారి సంఖ్యకన్నా అసలే స్ఖలనం కానివారిసంఖ్యం యెక్కువ.

పురుషాంగం పొడవునా కొన్ని సూక్ష్మగ్రంధులున్నాయి. వాటిస్రావం చాలా అల్పంగా ఉండటం సహజం. కొందరికివే యెక్కువ స్రావాన్ని విడుదలచేస్తాయి. దానినే వీర్యమనుకుని భ్రమించేవారుకూడా ఉన్నారు. యిది

విడుదలయిన తరువాత అంగస్తంభనం తగ్గిపోదు. ఒకవేళ తగ్గిపోయి ద్నట్టే అర్థం అతనికి స్ఖలనమయిపోయిందని అనిపించినందువలన మనిషను మళ్ళించుకోవటమే.

ఎప్పటికీ స్ఖలనంకాక బాధపడుతున్నవారి విషయంవేరు. అస్తమానూ అలాగే ఉంటుందా? లేక ఒకోసారి ఒకలా ఉంటుందా? కొందరి స్త్రీలను కలిసినప్పుడు ఒకలాగ, కొందరి స్త్రీలను కలిసినప్పుడు ఒకలాగ ఉంటుందా? అని అడిగి తెలుసుకోవాలి. అతనికి స్వప్న స్ఖలనాలవుతాయా? హస్తప్రయోగాని, స్త్రీజాతి సంపర్కంగాని అలవాటుందా? అని అడిగాలి. ఈ సందర్భాలన్నిటిలోనూ ఒకేవిధంగా ఉంటే ఆ పరిస్థితికి మానసిక కారణాలున్నాయని అనుకోవచ్చు. వెంటవెంటనే రతిని మళ్ళీమళ్ళీ జరిపిన సందర్భాలలో ఏ మనిషి ప్రతిసారీ స్ఖలించలేడని యిదివరకే చెప్పియున్నాను. అది శారీరక ధర్మం. సంపూర్ణ నపుంసకత్వం వచ్చిన వారికి స్ఖలనం జరగదు. అంగస్తంభనమూ ఉండదు. లుంబో—శాక్రల్ ట్రామాలో స్ఖలనం ఉండదు. వాళ్ళ లైంగికత్వంలో కూడా అంతే ఇక్కడ [illegible] లోపం. వీర్య వాహికలు మూసుకుపోయినా స్ఖలనం కాదు. అయినా అతని వాంఛ స్తంభనము బాగానే ఉంటాయి

కొంతమందికి స్ఖలనరాశి బాగా తక్కువగా ఉంటుంది. రెండు మూడు చుక్కలకన్నా యెక్కువగా ఉండదు. యిది వేరే సమస్య.

మరొక పద్ధతి ఉంది. స్ఖలన సమయంలో వీర్యం యోనిలో పడకుండా నిరోధించటంకోసం కొందరు తమ అంగమూలాన్ని గట్టిగా నొక్కి పట్టుకుంటారు. అలాచేస్తే వీర్యం బయటకు రాకుండా మళ్ళీ వెనక్కి వెళ్ళి

పోతుంది, తెల్లవారి మూత్రంతోబాటు పోతుంది. ఈ విధానానికి కోయిటస్ శాగ్నోనస్ అనిపేరు. కుటుంబ నియంత్రణకు ఈ విధానం పనికివస్తుంది.

స్ఖలనం కాకపోవటంవల్ల దాంపత్య సుఖానికి ఏ అవరోధమూలేదు యెటొచ్చీ మగవాడికి భావప్రాప్తి కలగటం లేదని అర్థం, భార్యకు ఆలోపం ఉండదు, అయితే ఆమెకు సంతానం కలగదు. అప్పుడే ఈ సమస్య పైకొస్తుంది.

అంగికమయిన దోషాలు ఉన్నచోట వాటిని సరిదిద్దాలి. గ్రంధుల లోపమయితే హార్మోను చికిత్స చేయాలి: మానసిక లోపాలయితే సైకో థెరపీ చేయాలి.

ఒలిగోస్పెర్మియా

కొందరు రతి సమయంలో రెండు మూడు చుక్కలకు మించి స్ఖలించరు, అప్పుడుకూడా వారికి సరియైన భావప్రాప్తి కలుగుతున్నట్లుండదు. అదే రాత్రి వారు నిద్రలో స్ఖలించటం జరుగుతుంది. యిది నిజంగా చిక్కు సమస్య.

దీనికి చాలా మానసిక అవరోధాలున్నాయని అర్థం భర్తకన్నా భార్య తెలివైనది, అందగత్తె, సంపన్నురాలు, చదువుకున్నదీ అయితే వారెంత స్నేహంగా ఉండటానికి ప్రయత్నించినా అజ్ఞాతంగా ఆమెపై తిరుగుబాటు తత్వం అతనిలో జీర్ణించుకుపోయి ఉంటుంది, అప్పుడే సైకో—ఎనాలిసిస్ బాగా ఉపయోగిస్తుంది. అయినా కొందరు తామే తెలివయిన వాళ్ళమనీ, సర్వజ్ఞులమని అహంకారంతో అందుకు సిద్ధపడరు.

కనుక ఓలిగోస్పెర్మియా ఉన్న కేసులలో 5 మి గ్రా. ఒకానొక హార్మోను యిచ్చి మర్నాడు మళ్ళీ వీర్యపరీక్ష జరపటం అవసరం. అలా చేసిన సందర్భాలలో రతి సమయంలో సేకరించిన వీర్యంలో రెండు మూడు కణాలుమాత్రమే ఉన్నవారికికూడా తరువాత వీర్యం పరీక్షచేయిస్తే డబ్భయి మిలియనుల వీర్యకణాలు ఉన్నట్లు తేలింది. తనవల్ల బిడ్డలు పుడతారన్న నమ్మకం కలగగానే అతనికి రతిలో వీర్యరాశి పెరగజొచ్చింది వారి భార్యలు గర్భవతులుకూడా అయ్యారు.

కనుక వీర్యంలో వీర్యకణాలు కనిపించనంతమాత్రాన యిక ఏమనిషికి పిల్లలు పుట్టే అవకాశంలేదని నిర్ధారించి చెప్పటం పొరబాటని తేలిపో యింది. అలాగే స్ఖలనం తక్కువగా అయ్యేవారికికూడా స్ఖలనం ఎక్కువరాశిలో అయ్యేటట్టు చేసే అవకాశం ఉన్నదని రుజువయింది.

తాజా వీర్యాన్ని పరీక్ష నిమిత్తం సేకరించటం కోసం సాధారణంగా డాక్టరులు పేథాలజిస్టులు తమగదిలోనే ఆ దంపతుల్ని రతి జరుపుకోమంటారు. ఆ కొత్త వాతావరణంలో మగవాడికి చెమటలు పట్టి, వణుకూ దడా కలిగి అంగం స్తంభించదు. కొందరికి స్తంభించినా యెంతకీ స్ఖలనం కాదు. అది వాతావరణ ప్రభావం:

యేదీ యేమయినా స్ఖలనం జరిగినప్పుడు అది వీర్యమోకాదో నిర్ధా రించుకోవటం అవసరం. అప్పుడు అనవసరంగా ఆ పేషెంటును నిరుత్సాహపరచటం జరగదు.

భావరాహిత్యం

భావప్రాప్తి మగవాళ్ళకి కలగకపోయినా ప్రమాదం లేదు. భావ

(Orgasm) మంటే యేమిటో చాలామందికి తెలియదు. యెవరూ ఈ విషయంలో మాకు ఫిర్యాదు చేయలేదు.

కాని. రతి తమకు సుఖంగా లేదని చెపుతారు. తమకు హస్తరతిలోనే యెక్కువ సుఖముందనీ, రతిలో యేమాత్రం సుఖంకలగటంలేదనీ అంటారు.

కొందరికి శరీరం సహజంగా బలహీనంగా ఉంటుంది. కొందరికి భార్య నచ్చదు. అతను పెద్దగా ఆశించేవేవీ అమెలో లేకపోవచ్చు. అన్నీ ఉన్నా ఆమె ఆ సమయంలో సిగ్గుతో మొండికెత్తి యేమాత్రం సహకరించకపోనూ వచ్చు. వారి ఉభయ జననాంగ ప్రమాణాలలోనూ చాలా వ్యత్యాసంఉండటం మరోకారణం యోని విశాలంగానూ, లోతుగానూ ఉన్నదనుకోండి. పురుషాంగము పీలగానూ పొట్టిగానూ ఉన్నదనుకోండి అప్పుడు రతిసుఖం ఉండదు. అతని మనసు మరో స్త్రీపై లగ్నమయి ఉండవచ్చు. వీటిలో ఏదికారణము యినా వారికి రతి సుఖంగా ఉండదు. అనగా రతిసమయంలొ వారికి అర్గాజం (భావం) కలగదు. కనుక భావం కలగకపోవటానికీ, రతి సుఖంగా లేకపోవటానికీ మనస్తత్వ కారణాలలో. అంగిక లోపాలో కారణమయి ఉంటాయి. వాళ్ళకి సైకోథెరపీ సహాయపడుతుంది.

స్త్రీలవ్యాధులు

స్త్రీల అకామ వ్యాధులన్నిటినీ 'జడత్వం' అనుపేర వర్గీకరించవచ్చు రతిని భరించలేకపోవటం, పురుషాంగం స్వీకరించే సమయంలో మంట పెట్టటం, రతి సుఖంగా లేకపోవటం రతి సమయంలో భావప్రాప్తిని పొందకపోవటం ఈ వర్గానికి చెందుతాయి. కామవాంచగాని, రమేచ్ఛగాని లేకపోవటంకూడా జడత్వమే.

కొందరి స్త్రీలకు రతి అంటే అసహ్యం ఉంటుంది. రతికి ఒకప ట్టాన యిష్టపడరు. చచ్చీ చెడి. బలవంతాన ఒప్పుకున్నా వెంటనే లేచి కడిగేసుకుంటారు. తమ శరీరమంతా మయిల పడినట్లు, మలినమయినట్లు బాధపడతారు. రతి పేరు చెపితేనే వారికి వెగటుగా ఉంటుంది. ఒళ్ళు జల దరిస్తుంది.

కామ సంతృప్తి విషయంలో స్త్రీ పురుషులిద్దరికీ తేడా ఉంది. భావం కలగక పోయినా స్కలనమయిపోతే మగవాడికి శరీరం బిగి సడలి శాంతి లభిస్తుంది. మగవాళ్ళందరూ కోరుకునేది యిదే. మగవాళ్ళకిమల్లేకాక ఆడ వాళ్ళకి కామోద్రేకం ప్రారంభం కాగానే స్కలనమవుతుంది, అదియోనిని రతికి అనుకూలం చేస్తుంది. పది పదిహేను నిముషాలు రతి జరిగిన తరు వాతగాని ఆమెలో కామోద్రేకం పరాకాష్టకు రాదు. కొందరికిది గంటదాకా తీసుకుంటుంది. పరాకాష్టకు రాగానే బీజవాహికలో ఉండే గ్రింథులన్నీ ఒక్కసారిగా ముడులు విప్పుకుని లాలా జలం వంటి జిగటద్రవాన్ని విడు దల చేస్తాయి. యిది మూడు నాలుగు చెంచాలదాకా విడుదల అవుతుంది. అయినా రతి కొనసాగాలి. ఆఖర్న భావప్రాప్తి కలుగుతుంది. అప్పుడామె గర్భాశయ కంఠములో ఉండే మ్యూకస్‌ప్లగ్ బయటకు జారుకుని గర్భ కోశం నోరు తెరుస్తుంది. అప్పుడు వీర్యం స్కలనమయి పోవాలి. అది తిన్నగా గర్భకోశంచే జుర్రికోబడి ఆమె గర్భాన్ని ధరిస్తుంది. దానితో గాని ఆమెలో సెక్సుటెన్షన్సు చల్లారవు. అదికూడా చల్లారటానికి మగవాడి కన్నా స్త్రీకే యెక్కువకాలం పడుతుంది. ఆ సమయంలో భర్త ఆమెను యెంతలాలిస్తే అంతమంచిది. అంత ఆవేశిక సంతృప్తిని పొందగలుగుతుంది రతి జరపకుండానే వివిధ పద్ధతులద్వారా ఆమెకు తొలి మలి స్కలనాలు

జరిగేటట్టు చూచుకోవాలి. మూడవ స్ఖలనం ఆమెకు రతిలోనే జరగాలి. పురుషుడికి రతిలో రెండు స్ఖలనాలు జరుగుతాయి. మొదటిది కూపర్ గ్రంథుల స్రావాలు యిదికూడా లాలాజలమే. రెండవది వీర్య స్ఖలనం. స్త్రీకి మూడు స్ఖలనాలు జరుగుతాయి. ఒకటి బార్థోలిన్ స్రావం. రెండవది లాలాజలం. మూడవది మ్యూకస్‌ప్లగ్.

పరిణయ్యకళద్వారా మొదటి రెండు స్ఖలనాలనూ స్త్రీకి కలిగించినట్లయితే ఆమెకు ఫిజికల్ టెన్షన్ తగ్గుతుంది. రతి ద్వారా భావప్రాప్తి కలిగించినట్లయితే ఫిజికల్ టెన్షన్‌తోబాటు నెర్వస్ టెన్షన్‌కూడా తగ్గుతుంది. ఆ తరువాత లాలనద్వారా ఎమోషన్ టెన్షన్‌ను తగ్గించాలి.

ఈపాటి విజ్ఞానం అంతటి ఓపికా లేకుండా, రెండు నిముషాలు దడదడలాడించి, స్ఖలించి భార్యను అర్థాన్నపు అడివిలో మన మగవాళ్ళు విడిచిపెట్టేస్తుంటే వాళ్ళు కామార్తులై దిక్కులు కలియ జూస్తున్నారన్నా. జడప్రకృతులే కామాన్ని ధిక్కరిస్తున్నారన్నా పాపంలేదు.

రతివైఫల్యాం

బాల లైంగికత్వంవల్ల యోని పెరగవలసినంతగా పెరగక పోయినా పెరిగినప్పటికి దళసరి కన్నెపొర కప్పివేసినా, పుట్టుకనుంచీ బీజవాహిక చాలా సన్నంగా ఉన్నా అసలే లేకపోయినా అంగప్రవేశంకాదు. ఈ సమస్య శోభనంనాడే యెదురవుతుంది. కనుక అంగప్రవేశం జరగికపోతే, ఏడుస్తూకూర్చోక లేదా ఆమెని మరింత బలాత్కరించి వెజినస్‌మస్ కలిగేలా బాధించక సూటిగా ఉభయులూ మా కార్యాలయానికి రావటంఅవసరం లోపం

యెక్కడుందో గ్రహించి. తగు చికిత్స చేయించుకునే అవకాశం ఉంటుంది.

యోనివమంట

కొందరాడవాళ్ళకి పురుషాంగ ప్రవేశం జరిగినంతనే యోని భగ్గున మండిపోతుంది. ఇక రతి జరుగుతున్నంతసేపూ ఆ స్త్రీలు యమబాధ పడి పోతారు. యోనిమంట అని ఏడుస్తారు. రతి ముగిసిన తరువాతకూడా చాలా సేపు ఈ మంట ఉంటుంది. కనుక ఈ స్థితితో స్త్రీలు మొగుడు కనబడే సరికి వణికిపోతారు. ఏడుస్తూ పారిపోతారు. కాపురాన్నయినా వదులుకుంటారు గాని రతికి మాత్రం ఒప్పుకోరు

యోని ముఖద్వారం వద్ద కలిసిన ప్రతిసారీ ఆమెకు నెప్పి పెడుతుందంటే అతని అంగం యొక్క వైశాల్యం ఆమెకు మరీ పెద్దదయిపోయిందని అర్థం. ఆమెకు ఆపరేషను చేసి యోనిని కొంచెం విశాలం చేయవచ్చు.

ఇక రతి సమయంలో డొక్కలో నెప్పి వస్తుందంటే పురుషాంగం అవకోణంలో ప్రవేశిస్తోందన్నమాట. అతనికి సరియైనవిధానాన్ని చెప్పాలి.

గర్భకోశం మెలితిరిగినా అండకోశాలు దె గ్లాస్ పౌచ్ లోకి జారుకున్నా రతి సమయంలో ఆమె దెబ్బదెబ్బకీ నరకాన్ని అనుభవిస్తుంది. అంగ ప్రవేశ సమయంలోమాత్రం నెప్పి ఉండదు. ఈ నెప్పి రతి ముగిసిన చాలా గంటలదాకా ఉంటుంది. మర్నాడుకూడా ఉండవచ్చు. ఇంకా యిలాంటివే చాలా కారణాలున్నాయి.

మగవాడికి సంబంధించినంతవరకూ 1 అతని అంగం మరీ లావుగా ఉండటం 2 నపుంసకత్వం 3 శీఘ్రస్ఖలనం 4 రతిశిల్పం తెలియకపోవ

టమూ ఆడవాళ్ళకు రతి బాధగానూ, మంటగాకూ ఉండటానికి కారణాలు. భార్యను తిడుతూ కొడుతూ, హింసిస్తూ ఉన్నా కూడా ఆమెకు భర్త భయం యేర్పడి రతిలో శరీరాన్ని విప్పుకోక బాధపడుతుంది భర్తను ద్వేషించే స్త్రీలు మరొకడ్ని ప్రేమించే స్త్రీలు ఈరకం యోనిమంటకు లోనవుతారు.

కొందరి స్త్రీలకు మూత్రద్వారం బీజవాహికలోకి తెరుచుకునిఉంటుంది మరికొందరికి మూలశంఖ ఉంటుంది. వీటివల్లకూడా రతి బాధాకరంగా ఉంటుంది.

వాంఛలేకపోవటం

అసలు వాంఛ లేదనేమాట అబద్ధం. అసలు ఆకలి లేదన్నట్లే ఇదీనీ కామమూ, ఆకలీ శరీర ధర్మాలు. శవాలకయితే యివి ఉండవు శరీరానికి తప్పవు.

బొత్తిగా మాచకమ్మల్నీ బాలికల్నీ మినహాయిస్తే ఏ స్త్రీ అయినా కామ ప్రేరణకు సుఖిస్తుంది. బాలికలూ, వృద్ధులుకూడా రతికీ యిష్టపడకపోయినా ప్రణయకళకు యిష్టపడతారు. అంటే వారిలో కామం పూర్తిగా లేకుండా పోలేదని అర్థం.

అలాంటప్పుడు యువతికిగాని రతేచ్ఛ లేదంటే ఆమె తనకామాన్ని పక్రమార్గాల తీర్చుకుంటోందని అనుకోవచ్చు. లెస్బియానిజమ్ (స్త్రీలను స్త్రీలే రమించే విధానం) కు అలవాటుపడ్డ స్త్రీకి మగవాడిని రమించాలని ఉండదు. కనుక దానిని మనోశారీరిక వ్యాధిగా భావించవచ్చు.

స్త్రీల వాంఛ విషయం వేరు, రతిని ఆనందించే స్థాయివేరు, రతి అనంతరం పొందే సంతృప్తివేరు, ఒకో స్త్రీకి వాంచ యెంత యెక్కువగా ఉన్నా రతిని ఆనందించలేక పోవచ్చు. రతి అనంతరం సంతృప్తి సుఖాన్ని పొందలేకపోవచ్చు. దీనికి కారణం అతని అసమర్దత, అతను పట్టి అడవి మనిషిలా ప్రవర్తించి తాను సుఖాన్నే చూసుకుంటూ ఆమెను సుఖపెట్టటం కోసం యేమాత్రం ప్రయత్నించకపోవటం పది నిముషాల లోగా రతిని ముగించేవారంతా ఈ కోవకు వస్తారు. కనుక అలాంటి అసమర్దునిపై ఆమెకు మనసులో అసహ్యం పెరగటం సహజం. దానివల్లనే ఆమెకు వాంఛ ఉన్నా మిగిలిన రెండిటినీ ఆమె పొందలేక పోతున్నది. భర్తను బాగుచేస్తే ఆమె సుఖిస్తుంది. అతను బాగుపడటానికి సిద్దపడాలిగదా! అతని మగతనమేదో పోతుంది. అని భయపడతాడు. డాక్టర్‌వద్దకు పోడు. మగతనముంటేగా పోవటానికి డాక్టర్ దగ్గర చెప్పుకుంటేనే వస్తుందిగాని. మూత వేసుకు మురగబెట్టుకుంటే వస్తుందా?

వాంఛలేకపోవటం, రతిలో సుఖించలేకపోవటం, రతి అనంతరం సంతృప్తిగా లేకపోవటం అనేవి కొందరికి లైంగిక జీవితం ప్రారంభించి నప్పట్నుంచీ ఉంటాయి, కొందరికి కొన్నేళ్ళు దాంపత్య జీవితం సాగిన తరువాత వస్తాయి, మంచి శరీరారోగ్యంగల స్త్రీలమాట చెప్పుకుంటున్నాం. వారిలో అకస్మాత్తుగాగాని, క్రమక్రమంగా గాని ఈ స్థితి రావటానికి కారణ మేమిటి? యేవయినా మానసిక కారణాలు ఉండి ఉండాలి, లేదా అసంతృప్త కామానుభవమయినా కారణమయి ఉండాలి. ఏటేటా కాన్పులతో విసిగెత్తిన స్త్రీలకుకూడా కామవాంఛ చచ్చిపోతుంది. దాంపత్య సంఘర్షణలు, వైషమ్యాలు, మొగుడంటే భయం మొదలయిన పరిస్థితులు కూడా జడత్వా

న్ని కలిగిస్తాయి. భర్త నానా హింసలూ పెట్టటం వల్లనే జడులయిన స్త్రీలు చాలామంది ఉన్నారు.

ఇక కాపురానికి వచ్చినప్పట్నుంచీ జడురాళ్ళుగానే ఉన్న స్త్రీల సంగతి ఆలోచిద్దాము. సైకోసెక్సువల్ట్రౌమా కారణమయి ఉంటుంది. మనో లైంగిక అఘాతమని చెప్పవచ్చు. సిగ్గరి పిల్లను పట్టుకుని పెద్దవాడెవరో రజస్వల కాని వయసులో బలాత్కరించాడనుకోండి, లేదా ఒక అమ్మాయి పెళ్ళికాకుండానే గర్భాన్ని ధరించవచ్చు. తొలిరతిలో భర్తయే మోటుగా వ్యవహరించవచ్చు. భర్త నపుంసకత్వానికో, శీఘ్రస్ఖలనానికో ఆమెలో అసహ్యం ప్రబలి ఉండవచ్చు— యిలాంటిదేదో కారణం ఉండాలి. కనిసం అతన్ని ప్రేమించకపోయినా అమెలో జడత్వం కనిపిస్తుంది.

కనుకనే జడత్వం రెండు రకాలని చెప్పవచ్చు. సంపూర్ణ జడత్వమనీ సాంబంధిక జడత్వమనీ. ఒక పురుషుడ్ని చూస్తే కరిగిపోయే స్త్రీయే మరొక పురుషుడిదగ్గర జడురాలవుతుంది. రతి అయినా ఆమెకు ఒక్కొక సమయంలో బాగుండవచ్చు. ఒక్కొక సమయంలో బాగులేకపోనూవచ్చు. ఈ ఆఖరిదే సర్వసామాన్యంగా ఉంటుంది. స్త్రీలకు బహిష్టు ముందురోజులలోనూ బహిష్టు సమయంలోనూ స్నానమయిన మొదటి రెండు రోజులలోనూ కామం సహజంగా ఉంటుంది. ఆ సమయంలో నచ్చినట్టు యితర సమయాలలో నచ్చకపోవటం సహజం. అలా కామం ఉండని రోజులలో భర్త ఆమెలో కామాన్ని ప్రకోపింపచేయాలి. యింటిచాకిరీ విచారంవంటివికూడా స్త్రీల ఉత్సాహాన్ని చెడగొడతాయి. మగవాడికి రసికత్వమూ కామశిల్పమూ తెలిస్తే ఆడవాళ్ళకు జడత్వం ఉండదు. అలాంటివాడు రతిలో స్త్రీకి సంపూర్ణమ

యిన శారీరక మానసిక సంతృప్తిని కలిగించ గలరు అతని లాలనలో యెలాంటి జడురాలయినా తన జడత్వాన్ని పోగొట్టుకుంటుంది.

మగవాడి అసమర్థతవల్లనే ఆడవాళ్ళకు జడత్వం వస్తుందనేది సత్యం రతి యాంత్రికంగా జరుగుతుందేగాని స్త్రీకి సంతృప్తి నివ్వదు. యిలాంటి మగ మహారాజులగురించి "పరిమళోద్యానం'' ఖండిస్తూ యిలాచెప్పింది;

"ముద్దూముచ్చటా లేకుండా అతడు ఆమె పైకెక్కి రొమ్ముల్ని అందుకుని పిండి పాకం పెడతాడు. వాటిని మృదువుగా నిమరాలని, నాలుకతో తడమాలని యెరగడు. ఆమె జననాంగాన్ని ముద్దు పెట్టుకోవాలని కూడా గ్రహించడు. ఆమె పెదవుల్ని చప్పరించడు. గిలిగింతలు పెట్టడు. సూటిగా రతిలో ప్రవేశించి ఆమెకేవిధమయిన సుఖాన్ని కలిగించకుండానే ఆమెలో కామప్రేరణ కలిగేలోగా చల్లారిపోతాడు. రెండుమూడు ఊపులలో స్ఖలించి, ఆమె చాతీమీద వాలి పోతాడు. అంతటితో అతని పని సరి వెంటనే లేచి చక్కాపోతాడు. వాళ్ళకి స్తంభనం చప్పునకాదు. స్ఖలనమే చప్పున అవుతుంది. స్ఖలనం కాగానే అతని చాతీ బరువెక్కి తుంటిలేలి పోతుంది. అలాంటి మగవాడిని ఆడవాళ్ళు మగవాడిగానే అంగీకరించరు''

తమ భర్తల అసమర్థతగురించి వాపోయే స్త్రీలు కూడా యిదే అభిప్రాయాన్ని వెలిబుచ్చారు.

జడత్వం

మన సమాజంలో ప్రతీ నలుగురి స్త్రీలలోనూ ఒకరికి రతి పైము

ఖ్యం ఉంది. అనగా రతిలో వారికేవిధమయిన సుఖమూ లభించటం లేదన్న మాట! తగిన ప్రేరణ లభించినప్పుడు: ప్రతిమనిషి ఏడవటం ఎంత సహజమో రతిలో తగుప్రేరణ లభించినప్పుడు ఆనందించటమూ. అర్గాజమ్ పొందటమూ అంతే సహజం. అలాంటప్పుడు. సమాజంలో 25 శాతం స్త్రీలు రతిలో సుఖించలేక పోతున్నారంటే వారికి యిలాంటి యంత్రాంగం లేదను కోకూడదు. ఆ యంత్రాంగం సరిగా పనిచేయటానికి ఏదో అడ్డు వస్తుందని అనుకోవాలి.

మీ భార్య జడురాలని మీరు అనుకోవద్దు. ఆమెలో రసికత్వాన్ని మేల్కొలిపే చాతుర్యం మీలో లేదనుకోండి.

ఈ జడత్వం అయిదు రకాలుగా ఉంది. అసత్య జడత్వం, తాత్కాలిక జడత్వం, సాంబంధిక జడత్వం, రోగజడత్వం, అవసర జడత్వం అని ఈ అయిదు రకాల జడత్వంలోనూ మానసిక కారణాలున్నాయి. అయినప్పటికి ప్రత్యేక మానసిక కారణాలున్న జడత్వాన్నే అవసర జడత్వంగా చెప్పవచ్చు: బలమయిన వాంఛ ఉండి. రతియందు ప్రణయకలాపాన్ని ఆనందించికూడా తాము రతిని భరించలేమనీ. రతిలో భావప్రాప్తి పొందలేదని భావించే స్త్రీలు రోగజడత్వానికి చెందుతారు. వీరు రతియందు, యెంత ఉత్సాహం చూపించినా భావప్రాప్తిని పొందలేరు. మగవాడికి ఆటోసజెషన్‌వల్ల కలిగే నపుంసకత్వం వంటిదే యిది. తమ కష్టాల గురించి ఊరికే ఆలోచించుకుంటూ ఇంతకీ లోపం తమలో వుందో, తమ భర్తలో వుందో తేల్చుకోలేక సతమత మవుతారు.

కొందరు స్త్రీలు ఈ సుఖంకోసమే మరికొందరి పురుషులతో ప్రయత్నించి. అక్కడా లభించక నిరాశపడతారు.

పేరు యేదయినా జడత్వం ఒకటేకదా: స్త్రీ జడత్వంతో బాధపడుతున్నప్పుడు ఆమె గతకాలపు లైంగిక జీవితం గురించీ, వర్తమానకాలపు లైంగిక జీవితం గురించీ, గృహ వాతావరణం గురించి, భర్త లైంగిక ప్రవర్తన గురించీ అడిగి క్షుణ్ణంగా తెలుసుకోవాలి. ఆమె భర్త స్వభావము యెలాంటిదో అదికూడా గమనించాలి. కొందరి మగవాళ్ళకు అహంకారం యెక్కువ. వాళ్ళు తమ భార్యలకి స్వంతశరీరం ఉందనీ, స్వంత ఆత్మ ఉన్నదని గుర్తించరు. తాము జోళ్ళు తొడుక్కున్నట్లే ఆ సమయములో ఆమెను తొడుక్కొని, నాలుగు తొక్కులు తొక్కి వదిలివేస్తారు. వాళ్ళ భార్యలకి జడత్వం తప్పకుండా వస్తుంది. అది తమవల్లనేనని వాళ్ళు చచ్చినా అంగీకరించరు. వారి రసికత్వానికి తమ భార్య తగదనీ ఆమె జడురాలని గోలచేస్తారేగాని, తామామెని సుఖపెట్ట గలిగేటంత సమర్థులు కామని గుర్తించరు. మరొక పుణ్యాత్ముదెవడయినా ఆమెని ఒదార్చి, ఆమె మనసును సంతోషపెడితే ఆమెలో యెక్కడి జడత్వమూపోయి, రసికత్వం ఉబికి అతనితో ఎగిరి చక్కాపోతుంది. అప్పుడు చూడాలి అయ్యగారిఅహం

హస్తరతి, స్వజాతి సంపర్కమూ స్త్రీలకయినా పురుషులకయినా స్త్రీ పురుష సంబంధాలపై విరక్తి కలిగిస్తాయి.

25—40 ఏళ్ళ మధ్య వివాహం చేసుకున్న విద్యావంతులయిన ఉద్యోగులుంటారు. వీరికి యెక్కువవేపు యోని ప్రేరణమూ, యోనిశీర్ష ప్రేరణమూ జరిపితేగాని భావప్రాప్తి లభించదు. హస్తరతికి వారు అలవాటుపడి ఉండటమే కారణం.

పాతికేళ్ళు పైబడిన ఏస్త్రీకయినా యెక్కువ సమయం ప్రణయకలాపాలు జరగాలి. అలా జరవకుండా సూటిగా రతి చేసినందువల్ల ఏ స్త్రీమైన

సుఖించదు. తమవంతు కర్తవ్యాన్ని నెరవేర్చకుండా రతిలో భార్య తమతో సహచరించటంలేదని ఫిర్యాదు చేయటం మగవాడి తప్పు. పాపం, ఆ స్త్రీలు కేవలం గృహశాంతికోసమే తమకు యిష్టం లేకపోయినా. కష్టమయినా, రతిని ఓర్చుకుంటున్నారు.

బాల లైంగికత్వం

వయసువచ్చి యెన్నేళ్ళయినా కొందరికి బాల్యం వదలదు. బాల్యం లో శరీరాంగాలన్నీ చిన్నవిగా ఉంటాయి. యవ్వనంలో జననాంగాలతో బాటు శరీరాంగాలన్నీ పెద్దవవుతాయి. బాల లైంగికత్వంలో శరీరాంగాలు మాత్రమే పెద్దవవుతాయి. కాని జననాంగాలు ఏమాత్రం యెదగకుండా చిన్నప్పటి ప్రమాణాలలోనే ఉండిపోతాయి. మనోబాల్యంలో శరీరాంగాలు జననాంగాలు బాగా యెదుగుతాయి. కాని మనసుమాత్రం బాల్య చాపల్యాన్ని వదలదు. యేమాత్రం ప్రౌఢత్వం కనబడదు.

మానసికబాల్యం

తలితండ్రులు అజమాయిషీకి బాల్యంలో యెక్కువగా లోనయిన వారిలోనే ఈ మానసిక బాల్యం యెక్కువగా కనిపిస్తుంది. ముఖ్యముగా వయసు మళ్ళిన దశలో తొలి సంతానం కలిగినవారు సంతోషంకొద్ది తమ పిల్లల్ని ఆదర్శవ్యక్తులుగా తీర్చిదిద్దాలన్న ప్రయత్నంతో వారి వ్యక్తిత్వాన్ని యెదగనివ్వరు. ప్రతీ చిన్న విషయానికి తమపై ఆధారపడేటట్లు చేసుకుంటారు. పెళ్ళి అయ్యాక పెళ్ళాంతో యేమిమాటాడాలో, యెవరయిన యేమయినా అంటే యేమి జవాబు చెప్పాలో మాటి మాటికి తలితండ్రి

లను అడిగి తెలుసుకోవలసిందే. అలా అడిగి తెలుసుకుంటూ, అస్తమాను అన్నిటికి తమని సంప్రదిస్తూ, పూర్తిగా తమపైనే ఆధారపడి ఉండే పిల్లల్ని చూసి పెద్దవాళ్ళు మురిసిపోతారుగాని, వారి వ్యక్తిత్వం దెబ్బ తింటుందని గ్రహించరు. పెద్దవాళ్ళు ఈ విధంగా తమ ఆదరాభిమానాలతో పిల్లల్ని కట్టివేయటం వల్ల వారు మానసికంగా బానిసలయిపోతారు. లైంగికముగా బాల్యావస్థను దాటి యెదగరు. పరిస్థితులలో యే మార్పు రాకపోతే ఈ యువకులు శాశ్వతంగా బాలురుగానే ఉండిపోతారు.

ఈనాటి నపుంసకులలో చాలామంది ఈ కోవకు చెందిన శాశ్వత బాలురే. తానెప్పటికి కుర్రవాడినేనని నపుంసక యువకులు విశ్వశిస్తారు. వారికి పెద్దరికం ఇష్టంఉండదు. కామానుభవంలో పాల్గొవటంవంటి పెద్దపనులంటే వాళ్ళకి కిట్టదు. పెళ్ళాంతోనయినా రతి జరపటం "ఛీ. బూతు పని....రామ,రామ'' అనుకుంటారు.

యిదే విమర్శ చాలామంది స్త్రీలకి వర్తిస్తుంది.

మరీ దైవభక్తి యెక్కువయిపోయిన తలితండ్రులుంటారు. క్రమశిక్షణకు విపరీతమయిన ప్రాధాన్యతనిచ్చే వారుంటారు. వీరు పిల్లల్ని మానసికంగా యెదగనివ్వరు. వారి సహజమయిన కోరికల్ని అణచివేస్తారు. ఆ విధంగా తమ పిల్లలలో మానసిక నపుంసకత్వాన్ని స్థిరపరుస్తారు. ఈరకం మానసిక నపుంసకుల సంఖ్యయే నేటి యువతరంలో యెక్కువగా కనిపిస్తోంది.

ఈరకం మనుష్యులకు— స్త్రీలుగాని, పురుషులుగాని— ప్రేమలో స్వార్థం యెక్కువ. వాళ్ళని సంతోషపెట్టటం కష్టం. వృద్ధులే వాళ్ళకి

తగిన భాగస్వాములు యెలాగంటే, తనకన్న చిన్నదయిన యువతితో కామానుభవం పొందలేని యువకుడు, ఆమె ముందు నపుంసకుడయిన యువకుడు— తన తల్లి ఈడు గల స్త్రీని రమించగలడు. అలాగే యువకునితో పొందును అసహ్యించుకునే జడురాలు. తన తండ్రి వయసు వాడితో రతిలో ఉద్రేకాన్ని పొందగలదు. అనగా వారి భాగస్వాముల స్థాయి అలాఉంటే గాని వారికి తగిన కామోద్రేకం కలగదని, సుఖసంతోషాలు కలగవనీ చెప్పవచ్చు. సమ వయసు స్త్రీ పురుషులంటేనే వారికి గిట్టదు. కనుక ఈడూ జోడూ చూసి వారికి పెళ్ళిచేయటం జరిగితే అట్టి స్త్రీ పురుషులకు కామ వాంఛ కలగదు. అతనయితే నపుంసకుడయిపోతాడు, ఆమె అయితే జడురాలు అయిపోతుంది. వారి యువ భాగస్వాములలో యే లోపం లేకపోయినా వారి దాంపత్యం మాత్రం కొనసాగదు,

ఈ విధంగా మానసిక నపుంసకులయ్యిన యువతీ యువకుల్ని కూర్చోబెట్టి పారిసంగికంగా వాళ్ళ పూర్వోత్తరాలన్నిటినీ ప్రశ్నిస్తే అసలుకారణం బొరికిపోతుంది. కనుక నపుంసకులయిన యువకులకు— జననాంగ నిర్మాణంలో యే లోపమూ లేనప్పుడు— మానసిక విశ్లేషణానే (సైకోఎనాలిసిస్) తగు చికిత్సగా భావించాలి,

బాలలైంగికత్వం

జననాంగాలు సరిగా ఎదగక పోవడాన్నే బాల లైంగికత్వమని అంటాము. అవి బాల్య స్థాయిని మించి యెదగవు. దీనికి టెస్టిక్యులర్ హార్మోనుల లోపమే కారణం దీనివల్ల వాడికి శిశ్నమూ, వృషణాలూ తగినంతగా పెరగవు. మగలక్షణాలు పరిస్ఫుటంగా కనిపించవు. చంకలలోనూ పొత్తి

కడుపు మీద వెంట్రుకలు దట్టంగా పెరగవు కామవాంఛ అంగస్తంభనమూ ఉంటాయి. గాని, వీర్యం విడుదలకాదు. ప్రోస్టేటుగ్రంథి. శుక్రకోశాలు మరీ చిన్నవిగా ఉంటాయి. శరీరనిర్మాణము, కొవ్వు పంపకమూ స్త్రీలపద్ధతిని అనుసరించి ఉంటుంది. తుంటి విశాలంగానూ ఛాతీ చిన్నదిగానూఉంటుంది రొమ్ములు పెద్దవిగా ఉండే అవకాశం ఉంది.

స్త్రీల విషయంలో ఫాలిక్యులర్ హార్మోనుల లోప వల్లనే బాలలైంగికత్వం వస్తుంది. రొమ్ములు చాలా చిన్నవిగా ఉంటాయి. పొత్తి కడుపు మీదా ఛంకలలోనూ, వెంట్రుకలు చిన్నవిగా పలచగా ఉంటాయి. అసలే ఉండకపోవచ్చుకూడా గర్భకోశమూ. అండకోశాలు చలా చిన్నవిగా ఉంటాయి. బహిష్టులు ఉండవు, కామవాంఛ ఉంటే ఉంటుంది, లేకపొతే లేదు శరీర నిర్మాణం యువకుడ్ని అనుసరించి ఉంటుంది. తుంటి చిన్నదిగనూ ఛాతీ విశాలంగానూ ఉంటాయి.

ఖచ్చితమయిన బాలలైంగికత్వాన్ని గుర్తుపట్టటం తేలికే. కాని అల్పస్థాయి బాల లైంగికత్వాలను గుర్తుపట్టటం చాలా కష్టం. భారీయెత్తు మనుషులలో శరీరం సమ నిష్పత్తిలో ఉన్నప్పటికీ. తొడలు తానుకుపోయి. జననాంగాలు చిన్నవిగా ఉన్నవారు చాలామంది ఉన్నారు, పై చూపులకు వారిలో ఈ లోప ఉందని యెవరూ అనుకోలేరు.

ఇక చాలామంది యువకులలో వృషణాలు బాగా ఎదిగినా పురుషాంగం మాత్రం తగినంతగా యెదగక చిన్నదిగా ఉండటం కనిపిస్తుంది. కొందరికి పురుషాంగం బాగా యెదుగుతుంది గాని. వృషణాలు మాత్రం చాలా చిన్నవిగా ఉంటాయి పొత్తి కడుపుమీద వెంట్రుకలు ఉంటే ఉంటాయి. లేకపోనూవచ్చు ఉన్నా చాలా పలచగా ఉంటాయి వీరికి చికిత్స అవసరం.

పది పదకొండేళ్ళ అడపిల్లలకు సైతం రొమ్ములు చాలా పెద్దవిగా ఉండటం చూశాము. కాని వారి యోనిమాత్రం ఆ వయసుకు తగినట్లుగానే అపరి పక్వస్థాయిలో ఉంటుంది. పొత్తికడుమీద వెంట్రుక లుండవు. ఈరకం కేసులన్నీ శైశవదశలో పెరుగుదలలోని లోపాలవల్లఏర్పడ్డవి. వీటికి చికిత్స అవసరం. లేదు. వయసుతోబాటు అవే సర్దుకుంటాయి. అయితే అడపిల్ల పెద్దమనిషి అయినా రొమ్ములు ఎదగక పోయినా రుతుక్రమం అస్తవ్యస్తంగా ఉన్నా చికిత్స చేయి చాలి. పదహారేళ్ళొచ్చినా పెద్దమనిషి కాని అడపిల్లకు కూడా చికిత్స చేయించటం అవసరం ఎడ్రినల్స్. ఏ టీ యర్ పిట్యూటరీ. థైరాయిడ్ల ప్రభావం వల్ల యెన్నో లోపాలు కనిపించే అవకాశం ఉంది.

అల్పకామ వ్యాధులకు చికిత్స

ప్రాధమికవిషయాలు

అల్పకామ వ్యాధులతో బాధపడుతున్నవారికి చికిత్స చేయదలచుకున్న ప్పుడు ముందుగా యదార్థస్థితిని గమనించాలి. యిది అతగానికి సమస్యగా ఉన్నదా? లేక వ్యాధిగా ఉన్నదా? అది సమస్యయే అయిన పక్షంలో అత నికి శరీరిక సత్యాలను, విధానాలను కామప్రేరణ విధానాలను, మానసిక ప్రేరణ విధానాలను తెలియజెప్పి, ధైర్యాన్ని కలిగించి. చేయిస్తే సరిపో తుంది. అది వ్యాధి అయిన పక్షంలో దానికి అంగిక కారణాలున్నాయా? కామగ్రంధుల లోపమేమయినా ఉందా? లేక మానసిక నిరోధాలుగాని. లగ్నతలుగాని ఉన్నాయా?—అని ఆలోచించాలి.

అంగిక దోషాలుగాని, గ్రంధుల లోపాలుగాని, తేలికగా గుర్తుపట్ట

వచ్చు. ఇకేవీ లేని పక్షంలో మానసిక దోషాలే ఉన్నాయని నిర్ణయించు కోవచ్చు. ఆకలికీ, కామానికి పోలిక ఉందని యింతకుముందే చెప్పాము. అల్పకామ వ్యాధుల విషయంలోకూడా ఈ పోలిక వర్తిస్తుంది.

ఒకరికి యేమాత్రం ఆకలి లేదనుకోండి. అన్నం తినలేకపోతు న్నాడు. అప్పుడది వ్యాధిగానే భావిస్తాం. ఒకడికి ఆకలి ఉంటుంది గాని, చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. అలాంటి సందర్భాలలో కూడా దానిని వ్యాధి గానే పరిగణించి కారణమేమిటా అని ఆలోచించాలి. అది అతని స్వభా వమేగాని, వ్యాధికాదని తేలిపోతే అది అతనికి సహజమేననీ, ఆ వయ సులో అది సహజమనీ నిర్ణయించుకుంటాము. అతని ఆరోగ్యానికి అతను తింటున్న ఆహారం సరిపోతే, అతని ఆకలి తగ్గినందువల్ల మరో చికాకు యేదీ లేకపోతే యే చికిత్సా అవసరంలేదు. అలాగే అల్పకామ సమస్యల విషయంలోనూ మనం నిర్ణయించవలసి ఉంటుంది. భార్యా భర్తలిద్దరూ నెలకొకసారి కలుసుకుంటున్నా, దానివల్ల ఉభయులలోనూ యే ఒకరికీ సం తృప్తి లేనప్పుడు దానిగురించి ఆలోచించవలసిన పనేమిటి? భర్త తనకు కామం తక్కువయి పోయిందా ఆక్రోశిస్తాడు అతని భార్య తాను అతని కామాన్ని భరించలేకపోతున్నానని గోలచేస్తుంది అప్పుడు చికిత్స దేనికి?

అత్యధిక కామసమస్యలకన్నా అల్పకామ సమస్యలోనే మనోవేదన మగవాళ్ళలో భయంకరస్థాయికి చేరుకుంటుంది. కొందరు తెలియక ఆత్మ హత్యకూడా చేసుకుంటారు. వారి మానసికావేదనను చూసి. నిజంగా వారి నపుంసకత్వం తీవ్రస్థాయిలో ఉన్నదేమో అని మనం అనుమాన పడ కూడదు. అతని ఆందోళన అటువంటిది. దానిని సానుభూతితో అర్థం చేసు కుంటే చాలు.

అల్పకామ సమస్యలన్నీ స్థానికమయినవి. (అనగా గ్రంధులకు సంబంధించినవి) మానసికమయినవి. కనుక ఈ మూడింటికీ ఏక కాలమందు చికిత్సకు పూనుకున్నప్పుడే నూటికి నూరువంతులూ విజయాన్ని సాధించగలం. అందుకే మా అనుభవంలో యెంతటి జటిల సమస్య అయినా ఒక్కటికూడా విఫలమయిన కేసులేదు.

స్థానిక చికిత్సలు

అంగస్తంభనం బలహీనంగా ఉండటానికి కారణం గ్రంధులు బాగా అలసిపోవటంగాని, మానసిక నిషేధాలుగాని, కావచ్చు. అ పరిస్థితులలో కొంతమంది స్పెషలిస్టులు ఎలక్ట్రిక్ షాకులిస్తారు, దానివల్ల కామ యంత్రాంగంలోని కండరాలు బలపడతాయని వారి విశ్వాసం యిది సరియైనదికాదు ఎలక్ట్రిక్ షాకువల్ల లైంగిక కండరాలు బలపడే పక్షంలో నిరంతర రతి అభ్యాసమువల్ల కూడా అవి బలపడే ఉండాలి. చాలా కాలంపాటు రతిలో పాల్గొన్నవారికికూడా సంభవ వైఫల్యాలు యెందుచేత కలుగుతున్నాయి? కోరిక సన్నగిల్లటంగాని, కామగ్రంధులు అలసిపోవటంగాని కారణం అని చెప్పాలి. అందుకే ఎలక్ట్రిక్ షాకువల్ల ప్రయోజనం లేదు. ఆ రకం చికిత్సలు పనిచేయటంలేదు.

కొందరు స్పెషలిస్టులు వాక్యూం పంపుల్నీ, అయింటుమెంటుల్నీ ఇస్తున్నారు. ఈ అయింటుమెంటులకే రూభిఫేసియాట్స్ అనిపేరు. వీటిని అంగానికి రాసుకోవటం వల్ల శిశ్నంలో రక్తం ఉధృతంగా ప్రవహించి రక్తపు పోటు (హైపరేమియా) యేర్పడుతుంది. అది చూసి పేషెంటు పొంగిపోవచ్చు. అంతమాత్రాన అతని కామ సామర్ధ్యం పెరిగినట్లుకాదు. రెండు

మూడుసారులు ఆ ఆయింటుమెంటు రాసుకోవటం జరిగితే పురుషాంగము వాచి మంటపెట్టటం ప్రారంభిస్తుంది. అంగపరిమాణం పెరిగి నట్లనిపించినా ఆ సమయంలో అతనికి కలిగేబాధ వర్ణనాతీతమే. ఆ తరువాత పూర్తి నపుంసకత్వం వచ్చేస్తుంది. కనుక ఈ రకం చికిత్సకు ఎన్నడూ అనుమతించకూడదు.

ఆడవాళ్ళ కామం అల్పంగా ఉన్న సందర్భాలలో పరిశీలిస్తే కారణం వారి యోనిశీర్షం చాలా చిన్నదయి ఉండటం. కనుక ఏడు టు గ్రాముల టెస్టిక్యులర్ హార్మోను యిచ్చి చూడటం జరిగింది. దానితో యోని శీర్షము బాగా పెద్దదయింది. వాంఛ పెరిగింది. ఫలితాలు శాశ్వతంగా మిగిలాయి. ఈ చికిత్స వల్ల స్త్రీ జననాంగంలో మరేభాగాలు పెరగలేదు. బహిష్టు సకాలంలోనే జరిగింది. టెస్టిక్యులర్ హార్మోనుకు మాత్రమే కామ ప్రేరణ గుణమున్నదనీ. అది తక్కువగా ఉన్న స్త్రీలకు వాంఛ తక్కువగా ఉంటుందనీ చెప్పవచ్చు. యోని శీర్షం తగినంత పరిమాణానికి పెరిగినట్లయితే రతిలో ఒరపడి పొంది, స్త్రీలో కామోద్రేకాన్ని, రతి సుఖాన్ని కలిగించ గలదని ఈ చికిత్సద్వారా డాక్టర్ గూలం ఋజువు చేశాడు. యోని శీర్ష పరిమాణానికి, స్త్రీ కామేచ్ఛకీ ప్రత్యక్ష సంబంధం ఉందని ఇటీవల రుజువయింది.

వాక్యూంపంపు

అంగస్తంభనం సరిగా లేనివారు; అంగప్రమాణం చిన్నదిగా ఉన్నవారు వాక్యూం పంపుల్ని వాడవచ్చా? శీఘ్రస్ఖలనంతో సహా మగవాళ్ళ లైంగిక సమస్యలకు ఈ పరికరం ఉపయోగపడుతున్నదని చెప్పి, విజయ

వారిలో వీటిని కొందరు స్పెషలిస్టులు అమ్ముతున్నారు. ఈ వాక్యూం పంపు వినియోగం వల్ల ఆ భాగంలో రక్తపరిసరణ బాగా జరుగుతుంది. చాలలైంగి కత్వంగల యువకుల విషయంలో హార్మోను చికిత్సతోపాటు దీనిని వినియోగిస్తే సత్ఫలితాలు లభిస్తాయి. కామ పీఠంపై వెంట్రుకలు పెరగక, పురుషాంగం స్తంభించినప్పుడు చిటికెన వేలు పరిమాణానికి మించని దశలో ఉన్నవారికే యిది ఉపయోగపడుతుంది. మీసాలు, గెడ్డాలు, ఆతులు పెరిగిన వారికి, అంగప్రమాణము స్తంభించిన సమయంలో మూడంగుళాలకు మించి ఉన్న వారికి, స్ఖలనం అయ్యేవారికి ఈ పరికరం యేమాత్రం ఉపయోగించదు. పైగా టెస్టిక్యులర్ టిస్యూలను పాడుచేసే అవకాశం ఉంది.

ఆడవాళ్ళ రొమ్ముల పెరుగుదలకు వాక్యూం కప్పుల్ని మార్కెట్లో అమ్ముతున్నారు. హార్మోను చికిత్సతో కలిపి, వీటిని వాడితే రొమ్ముల పెరుగుదల బాగానే ఉంటుందిగాని రెండవది లేకుండా వాడటం మంచిది కాదు. రొమ్ములు పెరగవు సరికదా! ఉన్నవికూడా కండరాల టోన్ చెడి వేలాడి పోతాయి.

ఆపరేషన్లు

కిన్నెత్‌వాకర్ "స్తంభన కండరాల బిగివి కోల్పోయినందువల్ల అంగస్తంభనం బలహీనమవుతుంది. కనుక పొత్తికడుపుపై ఆపరేషను చేసి వాటిని బిగించి కుట్టినట్లయితే అంగస్తంభనాలు బాగా ఉంటాయి'' అనిచెప్పి, తాను ఆపరేషను చేసే విధానాన్ని వర్ణించాడు.

ఏ ఆపరేషను అవసరం లేకుండానే బస్తికండరాల వ్యాయామంద్వారా వాటి బిగిని పెంపొందింపవచ్చునని మనవి చేస్తున్నాము.

మొంతకకన్నె పొర

స్త్రీలకు వెజినస్మస్ కలిగినప్పుడు ఆపరేషనుచేయించటం అవసరమని ముందే చెప్పాము కన్నెపొర మరీ దళసరిగా ఉన్నట్లయితే దానిని పురుషాంగం ఛేదించలేదు. దానికి శస్త్రం వాడవలసిందే. ఒహ మోస్తరు దళసరిగా ఉన్న కన్యలకు కన్నెపొర తొలగించటానికిగాను ఈ దిగువ విధానాన్ని అనుసరించాలి.

ఆమెను తలగడాలమీద కాళ్ళు పారజాపి, యెడంచేసి పడుకోబెట్టాలి లేదా గోడకు జేరబడి గొంతుకు కూర్చొనేటట్లు చేయాలి. చిటికెన వేలికి వేజిలిన్ రాసుకుని ఆమె బీజవాహికలోకి ప్రవేశపెట్టాలి. ఆమెకు ఇబ్బంది కలగకుండా చూసుకోవాలి. ఇలా పదేపదే చేయగా కొంతసేపటికి అవ్రేలంతా బీజవాహికలోకి పోతుంది. ఆ తరువాత మద్య వేలిని ఉపయోగించాలి. అదికూడా యే యిబ్బంది లేకుండానే లోపలికి ప్రవేశించగానే. చూపుడువేలినీ. మద్యవేలినీ ఒకదానిపై ఒకటి పెనవేసి. మళ్ళీ ప్రవేశపెట్టాలి. ఆ తరువాత వాటికి ఉంగరపు వేలినికూడా జోడించి ఆ మూడు వేళ్ళనీ బీజవాహికల్లోకి ప్రవేశ పెట్టాలి. ఆమెకు బాధ లేని పక్షంలో యిలా రోజూ రెండుమూడు సారులు చేయాలి. ఆమెకు నొప్పి కలిగి, కండరాలు మెలివడుతున్న పక్షంలో గోరువెచ్చని నీళ్ళ తొట్టిలో ఆమెను కూర్చోబెట్టి ఈ విధంగా డయిలేషను చేయటం మంచిది. నొప్పి ఉండదు. వారం రోజులు ఈ విధంగా చికిత్స చేసిన తరువాత ఆమె రతికి పనికివస్తుంది. ఈ ప్రయోగాన్ని డాక్టరే చేయాలి. స్త్రీలు తమంతతాముగా చేసుకోకూడదు. భర్తలు స్వయంగా చేయకూడదు.

కొన్ని ఔషధాలు

ఈ సందర్భంలో ప్రపంచమంతటా వాడుకలో ఉన్న కొన్ని కామ వర్ధకౌషధాలు మంచి చెడ్డల్ని గురించి తెలుసుకోవటం అవసరం.

యోహింబిన్ : ఇది దక్షిణాఫ్రికాలోని ఒకానొక చెట్టు బెరడునుంచి తయారు చేస్తారు. ఇది వేసోమోటార్ నరాలమీద పనిచేస్తుంది. జననాంగం లోకి రక్తప్రవాహాన్ని ఉధృతం చేస్తుంది. కనుక అంగస్తంభనం బలహీనంగా ఉన్నవారు దీనిని తగు మోతాదులో వాడుకోవచ్చు. వాంఛ ఉండి అంగస్తంభనం బలహీనంగా ఉన్నవారుగాని, అసలే కలగని వారు గాని దీనిని వాడితే అ లోపం ఉండదు. వెన్నుపూసలోని స్తంభక కేంద్రాన్నిది ప్రేరేపిస్తుంది. కనుక దీనిని ఎటానిక్ ఇంపొటెన్సీ కేసులలోను, అంగ స్తంభనం బలహీనంగా ఉండేవారికి వాడటం మంచిది. ఏటోనిక్ ఇంపొటెన్సీ గలవారు ఈ మందు వాడుతూ కొంతకాలం బ్రహ్మచర్యాన్ని పాటిస్తూ, మేము సృష్టిరహస్యంలో చెప్పిన బస్తి వ్యాయామాలను కూడా చేయాలి. మోతాదు యేమాత్రం అతిమించినా దడ, ఆకలి మందగించటం, నిద్ర పట్టకపోవటం, కడుపునొప్పి, తలదిమ్ము (Vertigo) కలుగుతాయి.

డానియానా—ఇది అమెరికన్ డ్రగ్ దీనివల్ల సత్ఫలితాలు లేవు.

కేంథరైడ్స్ : ఇదివాడితే అన్నవాహిక, మూత్రపిండాలు క్షోభిస్తాయి మూత్రకోశంలోనూ, మూత్రనాళంలోనూ, మంట పెడుతుంది. మూత్రం రక్తసిక్తమవుతుంది. ఈ విధంగా యిది పరోక్షంగా జననాంగాలను బాధించి ప్రేరేపించినా ఒక్కొక్కప్పుడు విషంవలె ప్రాణప్రమాదాన్ని కలిగిస్తుంది మాటిమాటికి మూత్రం పోసుకోవలసిన పరిస్థితి వస్తుంది. యేమయినా దీని

ప్రమాదాన్ని గ్రహించి, వైద్యశాస్త్రం దీనిని వాడుకలోంచి పరిహరించింది

కన్నబిస్ ఇండికా : దీనికే హషీష్, భంగు, గంజాయి అని పేర్లు ఉన్నాయి. ఇది తగు మోతాదులో మనసును మత్తులో ముంచి, అర్ధచైతన్యస్థితిలోకి తెచ్చి భ్రాంతులకు లోనుచేస్తుంది. మనిషి కలల ప్రపంచంలోకి ప్రవేశిస్తాడు. కాలం దూరంతో నిమిత్తం లేకుండా భావాలు కామ ప్రేరకాలవుతాయి. ఒక్కరోజు పట్టే సంఘటనలన్నీ కొద్ది సెకనులలో జరిగి పోయినట్లుంటుంది, పది అడుగుల దూరంలో ఉన్న వస్తువును చేరటానికి కొన్ని వందల మైళ్ళు నడిచినట్లనిపిస్తుంది: మొత్తంమీద ఆలోచనలన్నీ హాయిగా ఉంటాయి. అసంభవమయిన ఊహలలో ఆనందం లభిస్తుంది. అప్పుడప్పుడూ భయమూ, ఆదుర్దా కల్పించిదిస్తాయి. మనసుకు బాధ తెలియదు. స్పర్శజ్ఞానంకూడా తక్కువగానే ఉంటుంది. ఈ విధంగా కలల ప్రపంచంలో ఈ అల్పజీవి కొంతసేపు తేలియాడి, ఆ తరువాత సుఖంగా ఆదమరచి నిదురపోతాడు, మెలకువ వచ్చాక యేమీలేదు. షరామామూలే.

ఇది నరాల కేంద్రాలమీద పనిచేసి కామవాంఛను పెంచుతుంది. మానసిక నిషేధాలను తొలగిస్తుంది. ఎర్గాట్, నక్స్‌వోమికాలతో కలిపి దీన్ని వాడితే ఆంగిక నపుంసకత్వం తొలగిపోతుందని శాస్త్రజ్ఞులన్నారు.

ఫాస్పరస్ : నరాలవ్యవస్థను ప్రేరేపించుటకిది మంచిసాధనం దీనివల్ల ప్రమాదంలేదు. అత్యధిక హస్తరతివల్ల కలిగిన నరాల దుర్బలత్వాన్ని, అలసటనూ, ఆందోళననూ పోగొడుతుంది. నక్స్‌వోమికా, డామియానాలతో కలిపి దీన్ని వాడాలి.

స్ట్రిక్నైన్ : బాహ్య ప్రేరణకు సులువుగా కామోద్రేకాన్ని ప్రేరేపించి వెన్నులోని కామకేంద్రాలను. మేల్కొలిపే శక్తి దీనిలో ఉంది.

కనుక నపుంసకత్వానికిది. మంచి చికిత్స. కోరిక తక్కువగా ఉంది. అంగ స్తంభనం చాలా బలహీనంగా ఉన్నవారు దీన్ని వాడటం చాలా అవసరం. అంగస్తంభనాన్ని కలిగించి. బాగా గట్టి పరుస్తుంది. మోతాదు యెక్కువ ఐతే తలనొప్పి తెస్తుంది: పాస్ఫరస్‌తో కలిపి దీన్ని వాడటం చాలామంచిది

నల్లమందు : ఇది గంజాయిలాగే కామ స్వప్నాలను. తీవ్రమైన కామోద్రేకాన్ని కలిగిస్తుంది. అయితే శరీరానికి అలవాటయిపోయే దుర్గుణం దీనిలో ఉంది. కనుక నిరంతర అభ్యాసంవల్ల దీనినుండి నష్టమేగాని. లాభం కనబడదు. మార్ఫియా. బెల్లడోన్న. ఎట్రోపిన్‌లు అధిక శైశిత్యం వ్యాధులపై బాగా పనిచేస్తాయని అంటారు.

బంగారం : యునానీ. ఆయుర్వేదాలలో బంగారం పుంసత్వానికి ఉత్తమ చికిత్సగా పేర్కొంటున్నారు. కాని. మా కిందులో విశ్వాసంలేదు

కొకెయిన్ : ఇది వాడుతున్న కొత్తలో మంచి ప్రేరణ ఉంటుంది ఆ తరువాత పూర్తిగా దిగజార్చి వేస్తుంది. మొదట్లో యిది వాడుతున్నవారికి గొప్ప ఉత్సాహం. పనిచేసే సామర్ధ్యం. అలసట లేకపోవటం. ఆకలీ నిద్రమత్తూ ఉంటాయి. చాలా హాయిగా ఉంటాయి రాను రాను నిస్పృహ. మనస్థిమితం లేకపోవటం. విచారం. మానసికోద్వేగం సంభవిస్తాయి. కనుక డీన్ని యెన్నడూ వాడకూడదు.

బెల్లడోన్నా : స్వప్నస్ఖలనాలు. మూత్రాన్ని నిలవ ఉంచుకోలేకపోవటం మొదలయిన అధిక శైశిత్య పరిస్థితుల్ని చక్కబరుస్తుంది.

ఆల్కహాల్ : నెర్వస్ పేషెంట్లకు ఆల్కహాల్ బాగా పనిచేస్తుంది మానసిక నిషేధాలను లగ్నతలను తొలగించి మానసిక నపుంసకులకు

తాత్కాలిక ప్రోత్సాహాన్ని కలిగిస్తుంది. బీరు తాగినవాడు ఎక్కువసేపు రతి చేయగలడని కొందరి విశ్వాసం. విస్కీ, బీరూ కలిపి తాగితే ఇంకా యెక్కువసేపు రతి చేయగలమని కొందరంటున్నారు. దీనికి అలవాటయ్యే స్వభావం ఉంది. అలవాటయి పోతేమాత్రం దీనికి కామవర్ధక గుణం నశించి పోతుంది. కనుక వారికి నపుంసకత్వం వచ్చేసుంది. తాగుబోతులకు అకాల వార్ధక్యం రావటం గమనించదగిన విశేషం. అందుకే మద్యపానం మంచిది కాదని మా మనవి. వారికి తిరిగి పుంసత్వం రావాలంటే మద్యాన్ని మార్చాలి. ఉదాహరణకి ఒకడికి విస్కీ తాగటం బాగా అలవాటనుకోండి కనుక అది తాగినందువల్ల వాడు ఆశించే మార్పేమీ దాంపత్య జీవితం లో లభించదు. వాడే ఆ రోజు బ్రాందీగాని, జిన్‌గాని త్రాగితే ఆ రోజు భార్యతో చక్కగా రమించగలడు.

బెంజిడ్రిన్ : ఇది మానసిక నిషేధాలు తొలగిస్తుంది. మెడికల్ విద్యార్థులు పరీక్షల ముందు దీనిని తీసుకోవటం జరుగుతోంది. రిజర్వ్డుగా ఉండే స్వభావం గలవారు రతిలో యేమాత్రం ఉత్సాహం చూపలేరు. సిగ్గూ, భయమూ వారిని ఆవరించి, తప్పుకునేటట్లు చేస్తాయి. అలాంటివా రికి కొత్తలో ఈ బెంజిడ్రిన్ బాగా పనిచేస్తుంది. తాము యేర్పరచుకున్న మానసిక చెలఖాలనుంచి, వారు విముక్తి పొందగలుగుతారు. మద్యాహ్నము తీసుకుంటే రాత్రి నిద్రపట్టదు.

పై మందులన్నీ స్త్రీలు వాడినా, పురుషులు వాడినా ఒకేలా పనిచే స్తాయి. అనగా ఒకే ఫలితాలనిస్తాయి.

ఎండోక్రినాల్ చికిత్స

రకరకాల హార్మోనులవల్ల కలిగే శారీరక పరిణామాలను. చికిత్సావిధా

నాలను మనం యింతకు పూర్వమే చర్చించుకున్నాము. యివి కామకేంద్రా లను ప్రేరేపిస్తాయి. స్త్రీ పురుషుల యిద్దరి కామాంగాలనూ అభివృద్ధి చేస్తాయి. స్త్రీ పురుష హార్మోనులను కలిపి యిచ్చినట్లయితే మగవాడి బీజాలు. యెక్కువగా దృవిస్తాయి. అయితే టెస్టిక్యులర్. ఫాలిక్యులర్. ల్యూటియల్ హార్మోనును యెక్కువ మోతాదులో యిచ్చినట్లయితే. అవి కామకేంద్రాలను ప్రేరేపించటానికి బదులు పూర్తిగా జోకొడతాయి. కామ వాంఛ తగ్గిపోతుంది.

కామవాంఛ సహజంగా తక్కువగా ఉన్నవారికి హార్మోనులను ఇచ్చి నట్లయితే మెదడు కేంద్రపు శైశిత్యాన్ని పెంచి. దృవాలను యెక్కువ ఊరించి. వాటివల్లకూడా మెదడుకు కోరిక ప్రసరించేలా చేస్తాయి. కొంత మంది స్త్రీ పురుషులకు మానసిక నిషేధాలుంటాయి. పరస్త్రీ పురుషులమీద మానసిక లగ్నతలుంటాయి. ఆ కారణంగా వారిలో కామవాంఛ బలహీన మవుతుంది. తమ తమ భాగస్వామిపై కామవాంఛ కలగదు. యిలాంటివారికి కూడా హార్మోను చికిత్స వలన ప్రయోజనం ఉంది. వారి మెదడుఎక్కువ కామ ప్రేరణకు గురియై ఈ నిషేధాలను. లగ్నతలను అధిగమించి తమ భాగస్వాముల్ని రమించేట్టు చేస్తుంది.

జననాంగాలు సరిగా పెరగని యువకులకు. యవ్వనం బాగా తగ్గి పోయిన వృద్ధులకు. టెస్టిక్యులర్ హార్మోను చికిత్స బాగా పనిచేస్తుంది

ఎటోనిక్ నపుంసకత్వం (స్తంభనం బలహీనంగా ఉండటం) గలవా రికి ఫాలిక్యులర్ హార్మోను యివ్వకూడదు. టెస్టిక్యులర్ హార్మోనుతో బాటు ల్యూటియల్ హార్మోనుకూడా యివ్వాలి.

టెస్టిక్యులర్ హార్మోను ఆ వ్యక్తి యితరగ్రింధుల్ని కూడా పనిచేయించటంవలన అతని ఆరోగ్యం దాగుపడుతుంది. కడుక శారీరిక దౌర్బల్యంతో బాటు నపుంసకత్వం ఉన్నవారికిది చాలా మంచి చికిత్స శారీరిక దుర్బలత్వంతోబాటు (Asth nia) గలవారికి ఎడిర్నాల్ కార్టెక్సు హార్మోనులతో కలిపి టెస్టిక్యులర్ హార్మోను యివ్వాలి. బొత్తిగా లావు యెక్కిపోయిన వాళ్ళకు, టెస్టిక్యులర్ హార్మోనుతో బాటు థైరాయిడ్ ద్రవ్యాలను కూడా యివ్వాలి.

అసలు స్ఖలనం కాకపోవటం, మరీ చాలా సేపటికిగాని స్ఖలనం కాకపోవటం సమస్యలుగా గలవారికి టెస్టిక్యులర్ హార్మోను ఫాలిక్యులర్ హార్మోను యే విధంగా పనిచేస్తాయో యిదివరకే చెప్పుకున్నాం.

ఏంటీరియర్ పిట్యూటరీ హార్మోనులవలన పై లాభాలన్నీ కలుగుతాయని కొందరు శాస్త్రజ్ఞులంటున్నారు.

జడత్వానికిచికిత్స

స్త్రీల జడత్వానికి పురుష హార్మోను బాగా పనిచేస్తుందని అంటున్నారు ఆ విధంగా పురుష హార్మోనుల చికిత్స పొందిన స్త్రీలలో ఈ దిగువ ఫలితాలు కనిపించాయి.

1. యోనిశీర్షం పెద్దదయి, చికిత్స జరుగుతున్నంత కాలమే అలా ఉంది. ఆ తరువాత మామూలుగా చిన్నదయింది. అది పెద్దదయి ఉన్నంత కాలమూ. పేషెంటు యిబ్బంది పడలేదు.

2. వృద్ధ స్త్రీలకు సైతం కామవాంఛ యెక్కువయింది స్త్రీలందరికీ ఒక్క మినహాయింపయినా లేకుండా—వాంఛ యెక్కువకావటం గమనించండి

300 మి. గ్రా. మోతాదుకు మించి వాడినప్పుడే టెస్టోస్టిరోన్ కామవర్ధక ఔషధంగా పనిచేస్తుందని తేలింది.

3. గొంతుక బొంగురుపోవటం. కంఠ పేటికలో యేమార్పు లేకుండానే కంఠస్వరం మారటం గమనించబడింది. అయితే ఈ రకం స్వరంలో మార్పు చికిత్స ఆపివేసిన మూడు నాలుగు నెలల తరువాత పోయింది. అనగా కంఠస్వరం మామూలుగా తయారయింది.

4. ముఖంమీద నూగు వెంట్రుకలు (Lanugo) బయలుదేరాయి క్రమంగా ఆ తరువాత పోయాయి.

ఇక మానసిక పరిణామం ఈ చికిత్స పొందిన స్త్రీలందరూ చాలా ఉల్లాసంగా ఉన్నారు. యే విధమయిన చీకూ చింతా లేకుండా హుషారుగా ఉన్నారు. స్పష్టంగా ఆలోచించగలిగారు ఖచ్చితమయిన నిర్ణయాలు తీసుకోగలిగారు.

దీనినిబట్టి అవే రసాయన శాస్త్రం వేరే ఉందనిపిస్తోంది. రసాయనాల ప్రభావం వల్లనే మనుష్యుల హావభావాలు కలుగుతున్నాయిగదా! పురుషహార్మోను చురుకుగా పనిచేసినంతకాలం స్త్రీలు ఉండటం గమనిస్తే మగవాళ్ళు వేసక్టమీ (పిల్లలు పుట్టకుండా) ఆపరేషను చేయించుకోవటం మంచిది కాదనిపిస్తోంది. దీనివల్ల రతిలో స్త్రీలకు లభించవలసిన పురుష హార్మోను లభించదుగదా! అలా లభించక పోవటంవల్లనే ఆపరేషను చేయించుకున్న వారి భార్యలు కాలక్రమేణా దుఃఖభాగులు, నిస్పృహలు కావటం, ఇతరేతర నరాల వ్యాధులకు లోనవటం జరుగుతుందేమో! యేమయినా స్త్రీల మానసిక వికాసానికి పురుష హార్మోను ప్రభావంకూడా అవసరమనక తప్పదు.

ఆహారనియమాలు

శరీరారోగ్యాన్ని చక్కగా అభివృద్ధి పరిచేది, మనిషిని ఊరిపోకుండా కాపాడేది యే ఆహారమయినా లైంగిక దుర్బలత్వం కలగకుండా కాపాడు తుంది. మేక బీజాలు, ఉల్లిపాయలు, తేనే, గ్రుడ్డు (ముఖ్యంగా పావురాలవి) ములక్కాడలు, వక్క, జాజికాయ, లవంగాలు, దాల్చినచెక్క, ఏలకులు అల్లం తోక మిరియాలు— యివి పుంసత్వాన్ని పెంచుతాయి. మల్టీవిటమిన్ ద్రాక్షకూడా తీసుకుంటూ ఉండాలి. ఆ వ్యక్తి శరీర నిర్మాణాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకోవాలి. లావుగా ఉన్నవాళ్ళకి యిచ్చే ఆహారం వేరు. సన్నంగా ఉన్నవారికి యివ్వవలసిన ఆహారం వేరు.

విటమినులు తక్కువగా ఉన్న ఆహారంవల్ల నిస్త్రాణ (Inanition) వస్తుంది, నిస్త్రాణవల్ల కౌమారంలో ఉన్న వారికి లైంగికాభివృద్ధి సరిగా ఉండదు. యవ్వనం ఆలస్యంగా వస్తుంది. బాహ్య జననాంగాలు పెరగవల సినంతగా పెరగవు. వీర్యకణోత్పత్తి అణగారి పోతుంది. నిస్త్రాణ ప్రా రంభమయిన తొలిరోజులలో వాంఛ, ఉత్పాదక సామర్థ్యం ఉంటాయి. కాని రాను రాను అవి క్షీణించిపోతాయి. పురుష హార్మోనుల ఉత్పత్తి పడిపో తుంది. ప్రోస్టేటుగ్రంథి శుక్రకోశాలు నిస్త్రాణ యెక్కువయినకొద్దీ క్షీణిం చిపోతాయి.

అయితే సమాజంలో పేదవారు చాలామంది ఉన్నారు. వారికి నిస్త్రాణ రాకపోవటానికి కారణం వారు అన్నసారాన్ని (గంజి) యెక్కువ తాగటమే ఉల్లి వారికి ముఖ్యాహారం. కనుకనే వారికి లైంగిక దౌర్బల్యం కలగదు.

వంధ్యత్వం గలవారి విషయంలో "యి' విటమిను స్త్రీ పురుషులిరు

వుడికిగా పనిచేస్తుంది. ముట్లుడిగే ముందు స్త్రీలు ఈ విటమిను వాడినట్లయితే వారికున్న సమస్త తాపాలు ఉపశమిస్తాయి. యిదే ఫలితం ఎస్ట్రోజెన్ చికిత్సవల్లకూడా లభిస్తుంది. కాని, దానికన్న 'యి' విటమిను ఉపయోగమే యెక్కువ. ఎస్ట్రోజెన్‌వల్ల కొంత కామప్రేరణ కలుగుతుంది, జననాంగాలు పునర్యవ్వనాన్ని పొందుతాయి. రొమ్ములు తిరిగి బింకాన్ని పొందుతాయి. ఇలాంటి మార్పులేవీ "యి" విటమినువల్ల కలగక పోవటం సుగుణమే పైగా ముట్లుడిగే వయసు స్త్రీకి ఎస్ట్రోజెన్ చికిత్సవల్ల కేన్సర్ వ్యాధి కలిగే అవకాశముంది. విటమిను "యి" వల్ల అరకం ప్రమాదం లేదు. నియోప్లాస్టిక్ వ్యాధి (అనగా కొత్తగా పెరిగిన కొయ్యకండలు) గల స్త్రీలకు ఎస్ట్రోజెన్ హార్మోను యివ్వకూడదు. విటమిను 'యి' ని ఇవ్వటమే సర్వవిధాల శ్రేష్టం.

విటమిను "ఎ' ఫాలిక్యులర్ హార్మోనుతోను విటమిను 'డి' టెస్టిక్యులర్ హార్మోనుతోను, పిటమిను 'సి' ల్యూటియర్ హార్మోనుతోను, విటమిను "బి" ఎడ్రినాల్ కోర్టెక్సు హార్మోను తోను. విటమిను "యి" ఏంటీరియర్ పిట్యూటరీ హార్మోనుతోనూ సమానం.

యోని దురదలు గల స్త్రీలకు విటమిను 'ఎ' ఫాలిక్యులర్ హార్మోను లాగే పనిచేస్తుంది. అధిక రుతుస్రావంగల స్త్రీలకు విటమిను "సి' ల్యూటియల్ హార్మోనులవలె పనిచేస్తుంది. బహిష్టు నొప్పిగల స్త్రీలకు విటమిను "డి" టెస్టిక్యులర్ హార్మోనులవలె పనిచేస్తుంది. హార్మోను చికిత్సకు అయ్యేవ్యయాన్ని భరించలేనివారికి విటమిను చికిత్స చేయించటమే మంచిది ఎటొచ్చీ ఈ చికిత్సకు యెక్కువకాలం పడుతోంది.

మరికొన్ని విధానాలు

శరీర వ్యాయామాలు, రతి విధానాలు, రతికి ముందు తర్వాత దంప తులు పరస్పరం సహకరించుకోవటం— వీటిద్వారా కూడా చికిత్సను సఫ లతరం చేసుకోవచ్చు. బస్తి కండరాలను బలపరచటానికి పనికివచ్చే వివిధ వ్యాయామాలగురించి మనం యిదివరకే చెప్పుకున్నాం. అవన్నీ ఈ విష యంలోకూడా పనికివస్తాయి.

శరీరారోగ్యాన్ని పెంపొందించటానికి. కండరాల బిగిని పెంచటానికి తీసుకునే యే చర్య అయినా కామ పటుత్వాన్ని పెంచుతుంది. ముఖ్యంగా తొడలలోని కండరాల బిగికీ, రతికీ యెక్కువ సంబంధం ఉన్నట్లు కనిపి స్తోంది. యెక్కువగా వ్యభిచారం చేసిన వాళ్ళలో తొడలు బాగా పలచ బడి పోతాయి. నడక తడబడుతుంది. అంటే ఏమిటి? తొడలలోని కండ రాలు బలహీనమయ్యాయనేకదా అర్థం, తొడ కండరాలు బిగిని పొందినకొద్దీ రతి సామర్థ్యం పెరుగుతుందన్నమాట! స్త్రీలకయినా పురుషులకయినా అంతే అందుకే పూర్వకాలంలో వధువును యెన్నుకునేటప్పుడు తొడపుష్టికి ప్రా ముఖ్యం యిచ్చేవారు అరటి బొందలా స్థూలంగా ఉండే తొడలు గల దానిని రంభగా భావించేవారు, దానికి రతిసామర్థ్యం సహజంగా ఉంటుందని యిది అనుభవైకవేద్యమే.

జ్యోతిలక్ష్మి డ్యాన్సులంటే జనం మోజు పడిపోవడానికి కారణం ఆమె తొడల పుష్టియే పైగా ఆమె కొంచెం మోటుగా చేసే డ్యాన్సులో రతి అభినయం కనిపిస్తుంది. ఆ అభినయం చూపరుల ఉద్రేకాన్ని రెచ్చగొడు తుంది. అదే సమయంలో ఆమె తొడల కండరాలను మరింత దృఢముగా

చేస్తుంది. ఆరకం నృత్యాత్మక వ్యాయామాలు ప్రతి స్త్రీకి అవసరమని మా అభిప్రాయం. తొడ పుష్టిగల స్త్రీలు రతిలో డీలా పడిపోరు, అలాగే మగవాళ్ళు కూడా.

అటవిక స్త్రీలు నాట్యం చేసేటప్పుడు రతి భంగిమలకు అనుకూలమయిన విధంగా తుంటిని కదిలిస్తారు. ఈరకం నాట్య భంగిమలవల్ల జడురాలయిన స్త్రీకికూడా కామవాంఛ కలుగుతుందంటే ఆరోగ్యంగా ఉన్న స్త్రీ విషయం వేరే చెప్పవలసిన పనిలేదు.

ఇక రతి భంగిమ విషయం: భార్యాభర్తలు చాలా సేపు చెర్లాటలాడకుండా రతిలోకి ప్రవేశించకూడదు. ప్రవేశించినప్పుడు ఉభయులూ నగ్నముగా ఉండాలి. ఆ యిద్దరిలో యెవరు బలహీనంగా ఉంటారో వారే రతిని నిర్వహించటం చాలా మంచిది భార్య వెల్లకిలా పడిఉండే రతి విధానం యే మాత్రం మంచిదికాదు. రతి భంగిమలను తరచు మార్చటంవలన ఉభయులలోనూ రమేచ్ఛ యెక్కువవుతుంది, మగవాడి అంగస్తంభనం బలీయంగా ఉంటుంది,

స్త్రీల జడత్వం

"అనంగరంగం" అన్న గ్రంధంలో కళ్యాణమల్లుడు యిలా అంటున్నాడు: ఒకే రతిపద్ధతివల్ల విసుగొస్తుంది. రమేచ్ఛ నశించిపోతుంది. ఇద్దరిలో యే ఒక్కరికయినా కోరిక చచ్చిపోతుంది....రకరకాల రతిభంగిమలను భార్యతో అవలంభించిన భర్త ముప్పయి యిద్దరు నూతన స్త్రీలను అనుభవించినప్పుడు ఏ ఆనందాన్ని పొందగలడో ఆ ఆనందాన్ని పొందగలడు—ఇది పెళ్ళయి చాలాకాలం అయిన దంపతులకు చక్కని సలహా. చాలా

మంది స్త్రీలు పెళ్ళయి చాలా యేళ్ళు గడిచినప్పటికి సామాన్య రతవిధానా నికి తప్ప మరో మార్పుకు అంగీకరించరు. అది వారి దురదృష్టం. ఉపరతి జరపటానికి సిగ్గుపడే స్త్రీలు చాలామంది ఉన్నారు. అలా తామేరతిచేయటం స్త్రీత్వం కాదనుకుంటారు. ఈ అమాయకపురాళ్ళు. అందుకే వాళ్ళు సరియైన దాంపత్యానందాన్ని పొందలేక పోతున్నారు. రతి సమయంలో కళ్ళు మూసు కుని జడంగా పడుకునే స్త్రీకి సౌభాగ్యం యెక్కడనుంచివస్తుంది? సౌభాగ్యం అనగా యోని విప్పారటం.

పుంసత్వాన్ని అభివృద్ధి చేసుకోవటంలో రతి సంచనాల పాత్రఉంది పైకి, క్రిందకీ అంగాన్ని ఊపటంకన్నా ప్రక్కలకు ఆడించటంవల్ల రతి సమయం బాగా పెరుగుతుందని ఒక పేషెంటు అన్నాడు. అది నిజమే. అంగశీర్షానికి అతి నిశితమయిన భాగం దాని అడుగున ఫ్రెన్యులమ్‌కు ఇరు వైపులా ఉంటుంది. పైకి క్రిందకీ అంగాన్ని ఆడించటంలో ఈ భాగానికి ఒరపిడి యెక్కువగా కలిగి చప్పున అయిపోతుంది. అదే ప్రక్కలకు ఆడిం చటంవల్ల ఒరపిడి కలగదు. కనుక స్ఖలనం చప్పునకాదు.

ఇంకొకడు తన భార్యకు భావప్రాప్తి కలిగే సమయంలో తననడు ము కొంచెం పైకెత్తి తుంటిని వర్తులాకారంగా త్రిప్పుతుందన్నాడు. దానివల్ల ఉభయులకూ యెక్కువ ఆనందం కలుగుతోంది.

దంపతులంతా యెవరికి వారు నూతన ప్రయోగాలు చేసి. ఏ భంగిమ లో ఏరకం కదలిక వల్ల ఉభయులకూ యెక్కువ ఆనందం కలుగుతుందో అనుభవంనుంచి గ్రహించవలసిందే. భార్యాభర్తల మధ్య స్నేహం అను రాగం యెక్కువగా ఉంటేగాని ఇది సాధ్యంకాదు. వారి మధ్య విరోధాలు

తగాదాలు ఉంటే వారి మనసులుగాని, శరీరాలుగాని ముడీవిప్పవు. ఇక ఆ రతికన్నా నరకంలేదు. మగవాడి కామ సామర్థ్యం భార్య సహకారం లభించినప్పుడే యెక్కువవుతుంది. మగవాడి కామ సామర్థ్యం బాగున్నప్పుడే భార్య కామ సామర్థ్యంకూడా పెరుగుతుంది. ఈ విధంగా భార్యాభర్తల కామ సామర్థ్యాలు రెండూ ఒకదానిపై ఒకటి ఆధారపడి ఉన్నాయని గమనిస్తేచాలు

సరసం తెలిసినవాడి భార్య యెన్నడూ జడురాలుకాలేదు. యెందుకంటే జడురాలును సైతం కరిగించే చాతుర్యం వాడిలో ఉంది. కనుక. అలాగే రసజ్ఞురాలయిన స్త్రీ. తన భర్త యెంత బలహీనుడయినా, తనతో రతిలో ఉత్సాహంగా పాల్గొనేటట్లు చెయ్యగలదు. తన యిష్టం వచ్చినట్లు రమింపజేసుకోగలదు. అలాగే రతి అనుభవంగల పురుషుడుకూడా భార్యను రతిలో దింపి ఆనందపారవశ్యాన్ని పొందించగలడు. స్త్రీకి ఆ శిల్పం తెలిస్తే తన భర్తతో గంటలో నాలుగు సారులయిన రతి చేయిస్తుకుంటుంది మగవాడికి ఆ శిల్పం తెలిస్తే ఏక ధాటిగా గంటసేపు భార్యను రమించగలడు. ఇక భార్య దురహంకారంవల్ల భర్త తన పుంసత్వాన్ని పూర్తిగా పోగొట్టుకున్న ఉదంతాలనుకూడా మేము యెన్నిటినో చూశాము.

భర్తలో లోపాలను మాత్రమే చూసే స్త్రీలున్నారు. వీరు అస మానూ భర్తను పట్టుకు ఈసడిస్తారు. అవమానిస్తారు. అతనికన్న తామే అధికుల మనుకుంటారు. యెప్పుడూ సణుగుతూ సాధిస్తూ ఉంటారు. వారిశక్తి యుక్తుల్ని యేమాత్రం పరిగణించరు. తమ పుట్టింటి ఆధిక్యతను ఆకాశానికెత్తుతూ. అత్తింటి వారిని అనుక్షణం అవమానపరిచే స్త్రీలు భర్తను నపుంసకుడ్ని చేసివేస్తారు. మగవాడి మనసు అవమానానికి ముడుచుకుపోతుంది అతనికి ఆమెని శిక్షించాలని ఉంటుంది. బెత్తం పట్టుకుని వాయించటానికి

అతని సంస్కారం అడ్డం వస్తుంది. చేతకాని కోపం చెలరేగి మౌన వ్యతిరేకతను (Passive Resistenc) పురికొల్పుతుంది. కనుక అతనికి అంగం స్తంభించదు. చాలామంది నపుంసకత్వం ఈ స్థాయిలోనే ఉంటుంది కీలెరిగి వాతపెట్టవలసిన వైద్యులు యిలాంటి కేసులలో భార్యల్ని గట్టిగా మందలించవలసి వస్తుంది. అవసరమయితే విడిచి పెట్టిస్తానని బెదిరించక తప్పదు. భార్య భర్తకన్నా యేమాత్రం. ఏ రంగంలోనూ అధికురాలు కాకూడదన్న సిద్ధాంతం ఈ సున్నితమయిన అంశముపై ఆధారపడే అమలులోకి వచ్చింది. జాగ్రత్తగా విశ్లేషించి చూసినట్లయితే అతనికి నపుంసకత్వం రాకపూర్వం ఆ భార్యా భర్తల మధ్య యెన్నో తగాయిదాలు గొడవలు జరిగి ఉంటాయి. ఫలితంగా వారి దాంపత్యం విచ్ఛిన్నమయిపోయి ఉంటుంది. అసలు కారణం యిది. దానిని తొక్కిపట్టి మగవాడికి పుంసత్వం లేక పోవటం వల్ల అమ్మాయి బాధపడుతున్నదని ఆమె తరపు బంధువులు ప్రచారం చేస్తారు. స్త్రీల జడత్వంకూడా మగవాడి కర్రపెత్తనం, క్రూరత్వాలనుంచే పుడుతుంది. దానికి చికిత్స మగవాడికే చేయాలి. మగవాడి నపుంసకత్వానికి చికిత్స ఆడదానికి చేసినట్లే యిదీని.

నపుంసకత్వానికీ. జడత్వానికి సంబంధించిన సమస్యలు యెదురయినప్పుడు భార్య భర్తతో నిజంగా సహకరిస్తోందో లేదో కనుక్కోవాలి. అతను చెప్పిన మాటలు పూర్తిగా నమ్మకూడదు. ఆమెతో పది నిముషాలు ఏకాంతంగా మాట్లాడితే ఆమె సహకరించే మనిషి అవునో కాదో మనకే తెలిసిపోతుంది. అలాగే భర్త రతిచేయటానికి ముందుగా భార్యను ప్రణయకళద్వారా సరిగా ప్రేరేపిస్తాడో లేదో భార్యనడిగి తెలుసుకోవాలి. ఈ విషయంలో బద్దకించే భర్తలే తమ శీఘ్ర స్ఖలనముతో భార్యలలో రత

ద్వేషాన్ని జడత్వాన్ని కలిగిస్తారు. ఈ జడత్వమూ నపుంసకత్వమూ ఇంకే కారణాలవల్ల కలిగినప్పటికీ ఆ దంపతుల మధ్య తగిన సహకారమూ, సానుభూతీ ఉంటే వాటిని పరిష్కరించటం చాలా తేలిక. భార్యా భర్తల మధ్య పరస్పర ద్వేషం, అవమానాలు, ఆవేశ కావేషాలు ఉన్నట్లయితే ఈ సమస్యలు సులువుగా పరిష్కారం కావు.

భర్తయందు యేమాత్రి సానుభూతి వేసి భార్య ముందుగా ఋజ్జ గించి ఆమె సానుభూతి సంపాదించి ఆమె బాధలేమిటో తెలుసుకోవాలి. ఆ తర్వాత మూడు ముళ్ళూ పడ్డ తర్వాత జీవితాంత బంధమయిన దాంప త్యములో సరిపుచ్చుకోవలసిన అవసరాన్ని తెలియజెపుతూ, ఆమె మనస్తా పాన్ని తొలగించాలి, క్రమక్రమంగా ఆమె భర్తకున్న రోగలక్షణాన్ని వివ రించి చెప్పాలి. దానివల్లనే అతని ప్రవర్తనలో ఈ రకం అవలక్షణం వచ్చిందని అది మారితే అతని వైఖరికూడా మారుతుందని నచ్చజెప్పా లి. ఆమె సహకారమూ, సహాయమూ లేకుండా అతను బాగుపడటం సాధ్యంకాదని చెప్పాలి. నపుంసకత్వం మగవాడిని చాలా అవమానపరు స్తుందనీ, మానసికంగా కృంగదీస్తుందనీ. ఫలితంగా అతనిలో ఆత్మాన్యూ నతా భావాన్ని పెంపొందిస్తుందనీ తెలియజెప్పాలి. భార్య సహకరించకపో యినట్లయితే ఈ అవలక్షణం ఇంకా పెరిగిపోతుంది. అవసరమయితే ఆమె తనకుతానే భావప్రాప్తిని కలిగించుకుంటూ తనకు లైంగిక జీవితం లేనం దుకు విచార పడటం లేదని అతనికి ధైర్యం చెప్పాలి. భర్త అర నిము షంకూడా చేయలేని మాటనిజమే. అతని రతిశిల్పంకూడా సరియైనదికాదు. దానివలన ఆమె యేమాత్రం సుఖించని మాటనిజమే అయినా ఆవిషయం పదేపదే అతని ముఖంమీద చెప్పి అతన్ని మరింత అవమానించి, కృంగ

చేయటంకన్నా, ఆయన్ని యెలాగో ప్రోత్సహించి ధైర్యాన్ని కలిగించి, వైద్య సలహా మేరకు సహకరించటం ద్వారా దారిలోకి తెచ్చుకోవటం మంచిదిగదా! తనకు భర్తవల్ల అన్యాయం జరిగిపోయిందని గోలపెట్టే స్త్రీ స్వార్థపరురాలు అహంభావపూరితురాలు— ఆమె యెన్నడూ భర్తకు సహకరించదు. అలాంటి స్త్రీలే విడాకులకు పరుగెడతారు. భర్తకోసం తన అవసరాన్ని ఉపేక్షించటంద్వారా సానుభూతితో సహకరించిన స్త్రీయే భర్త నపుంసకత్వాన్నీ, శీఘ్రస్ఖలనాన్ని తొలగించుకుని సదా సుఖిస్తుంది. భర్తవలన భార్యా, భార్యవలన భర్తా పొందవలసినది ఇక్కడే బాగుపడేది యిక్కడే.

భార్యకు జడత్వం ఉంటే, భర్తకు అన్నిరకాల ప్రణయ కలాపాలను తెలియజెప్పాలి. వాటిని అతను ప్రయోగిస్తున్నప్పుడు అందులో యేది ఆమెకు యెక్కువ సుఖాన్ని కలిగించిందో తెలివిగా గ్రహించాలి, దానినే తరచుగా ప్రయోగించాలి, అప్పుడిక ఆమెకు జడత్వం ఉండదు.

మరికొన్ని సామాన్య విషయాలనుకూడా ఈ సందర్భంలో చెప్పదలిచాం భార్యా భర్తలిద్దరూ తలో మంచంమీదా పడుకోవటం అవసరం, ఇద్దరూ ఒకేమంచంమీద కలిసి నిద్రపోకూడదు. ఏడాదిలో కొన్నాళ్ళు— ప్రతీ మూడు నెలలకు పక్షం రోజులయినా— భార్యా భర్తల మధ్య వియోగం ఉండాలి. వియోగం విరహాన్ని పెంచుతుంది. విరహం పరస్పర ఆకర్షణని పెంచుతుంది ఈ సత్యాన్ని పెద్ద పెద్ద సైకాలజిస్టులంతా ఒప్పుకున్నారు. అదే దాంపత్యానురాగ వృద్ధికి పనికివచ్చే గొప్పచికిత్స.

కొంతమందికి తమకు నచ్చని అమ్మాయిలు భార్యలవుతారు. తమకు నచ్చిన అమ్మాయి లభించలేదని వాపోతూ ఉంటారు, అందని ద్రాక్షపండ్లకోసం అర్రులు చాస్తూ ఉంటారు. ఇది సహజం. అయినా యిది జీవితం.

అన్నీ మన యిష్టప్రకారం జరగవు. మన అదృష్టం ఎలా ఉంటే అలా జరగవలసిందే. ఉదాహరణకి మీరు తెల్లగా, అందంగా, పుట్టాలని అనుకో వచ్చు. అది మీ ఇష్టమేనా? మీ నాన్న ఇష్టం. మీ అమ్మ యిష్టం, వాళ్ళి ద్దరూ నల్లగానే ఉన్నారు. అయినా ఒకరికొకరు నచ్చారు. ఒకరిలో ఒకరు అన్నీ సుగుణాలనే చూసుకున్నారు, వాళ్ళిద్దరూ పెళ్ళి చేసుకుని సుఖ భో గాలు అనుభవించారు, అప్పుడే మీరు పుట్టారు. నల్లగా తుమ్మమొద్దులా మీ నాన్నగారిలా సన్నగా రివటలా ఉన్నారు, ఇక మీ అందం చెప్పాలా? మీ జన్మ మీ చేతులలో లేదు. మీ తలితండ్రులే ఆమె వంశాన్ని సంగడాన్ని చూసి యెంచి మీకు పెళ్ళిచేశారు. గింతకుతగ్గ బొంతయెప్పుడూఉంటుంది ఉన్నదానితో సంతృప్తి పడటం నేర్చుకోండి. అందులోని అందాన్ని అన్వే షించటం నేర్చుకోండి

అయినా ఆమెలో మీకు యెక్కడా సెక్సు ఎప్పీలు కలగటం లేదను కోండి, నెలకు ఒకసారో, రెండుసారులో రతిని చేస్తూనే ఉంటారు. అది శారీరిక అవసరంకదా! అలాంటప్పుడు తనకు ఆరాధ్య దేవత అయిన స్త్రీని అతను రమిస్తున్నట్లే ఊహించుకుని కామ ప్రేరణను పొందటం తప్పుకాదు ఈరకం మానసిక వ్యభిచారం ఈనాటి స్త్రీ పురుషులందరూ చేస్తూనే ఉన్నారు రతి భంగిమలకు సంబంధించిన చిత్రాలను చూడటం పచ్చి శృంగారానికి సంబంధించిన మాటలు చెప్పుకోవటం రతికి ముందు గొప్ప ప్రేరణని కలి గిస్తాయి, వాంఛనూ. అంగస్తంభనాన్ని కొందరికి బలీయం చేస్తాయి. ఇలా ప్రయత్నించండి.

లైంగికంగా బలహీనులయిన వారు, ముఖ్యంగా ఉద్యోగస్తులు. వ్యా పారులు రాత్రి తొలిజామున రమించటం మంచిదికాదు, అప్పుడు అంగ

స్తంభనం ఉండక పోవచ్చు, ఉన్నా చాలా బలహీనంగా ఉండవచ్చు. రతి మధ్యలో విఫలమయిపోవచ్చు. మానసికంగా అలసిపోయి ఉండటమే దీనికి కారణం, అందుకే వారు తొలిజాము నిద్రిపోవాలి, ఒక్కనిద్ర తీ-నట్లయితే శారీరికంగానూ, మానసికంగా వారికి కలిగిన అలసట పోతుంది అ తరువాత రతి జరుపుకోవచ్చు. లేదా తెల్లవారుఝామున రతి జరుపుకోవటం మంచిది. యేది యేమయినా ఈ స్థితికి దిగజారిన వారు మూడు నెలలపాటు మా వైటెక్స్, సెక్సుటోనూ వాడుకుంటే పునర్యౌవనం వస్తుంది. అది కొన్నేళ్ళు తోసుకు పోతుంది.

ప్రతిరోజూ రెండు మూడు సార్లు చేయకూడదు. కనీసం రోజు విడిచి రోజు ఒక్కసారే రతి చేసుకోవటం మంచిది. వారానికొక్కసారి చేసుతున్నా తప్పులేదు. బ్రహ్మచర్యమే శతాయుష్షునూ, పుంస్త్వాన్నీ ఇస్తుంది

సంతృప్తిక నపుంసకత్వం కలిగిన వారు కొన్నాళ్ళు రతికి దూరంగా ఉండటం అవసరం. పక్షానికొకసారి రతి జరుపుకోవచ్చు. అంత విరామాన్ని పాటిస్తేగాని శుక్రకోశాలు వెన్నుముకకు కామోద్రేకాన్ని ప్రసరించే స్థాయిరాదు. చాలామంది స్త్రీ పురుషులు పరాయివాళ్ళలో సరసాలు సరాగాలు ఆడుకుంటూ ఆ విధంగా తమలో క్షీణించిపోతున్న వాంఛని పెంచుకుని తమ భార్యాభర్తలతో సంతృప్తికరంగా రతిలో పాల్గొంటారు. బావలకు మరదళ్ళతోనూ, వదినలకు మరదులతోనూ, మేనమామల పిల్లలతోనూ ఈ విధంగా సరసాలాడుకునే అధికారాన్ని సమాజం ఇచ్చింది. యిందుకే దీని వలన యెవరి దాంపత్య జీవితమూ కొడిగట్టదు.

ఆడవాళ్ళే నయం

ప్రతీ యువతికీ, యువకుడికి అందమయిన మొగుణ్ణో, పెళ్ళాన్నీ

వెతుక్కోవాలని ఉంటుంది. లోకోత్తర పురుషుడు కావాలని ఆమెకీ, సాక్షాత్తు రంభ దిగిరావాలని అతనికీ కలలు ఉంటాయి. కలలు కల్లలేగదా! వారివారి ఇష్టానిష్టాలతో నిమిత్తం లేకుండా వారికి స్వాము లేర్పడతారు. అందులో నూ మగవాడు యెవరో ఒక అమ్మాయిని ప్రేమించి ఉండి, (తాను వలచింది రంభకదా!) మరో అమ్మాయిని పెళ్ళి చేసుకోవలసి వచ్చినప్పుడు మోహమంతా అ మొదటి ఆమెమీదనే ఉండి, పెళ్ళామంటే పుట్టెడు అసంతృప్తితో కుమిలిపోతూ ఉంటాడు. వీళ్ళకి ఫ్రిగ్డేషను యేర్పడటం వలన నపుంసకత్వం వస్తుంది. పైగా అసంతృప్తి వలన భార్యను సాధించటం ప్రారంభిస్తాడు.

ఇలాంటివాళ్ళే అస తృప్తితో విడాకులకు పరుగెడతారు. అయితే విడాకులు సమస్యకు పరిష్కారంకాదు. అది ఉభయుల జీవితాల్ని నాశనం చేస్తుంది, వ్యభిచారం మరీ ఘోరం. భర్తకు భార్యలో దొరకని ఆనందం కులటల పొందులో దొరుకుతుందను కోవటంకన్నా మూర్ఖత్వం లేదు.

అయినా ఈ రెండూ అందరికీ సరిపడవు. అలాంటప్పుడు ఉన్నదాని లోనే సరిపెట్టుకోవటానికి ప్రయత్నించకతప్పదు. ఈ విధంగా సరిపెట్టుకునే మహత్తర గుణం యెక్కువగా ఆడవాళ్ళలోనే కనిపిస్తుంది. సహనం ఆడవాళ్ళసొత్తు అయిఉండాలి. వాళ్ళకు జరిగిన అన్యాయాలన్నిటినీ దిగమ్రింగి పిల్లల్ని మనుమల్ని చూసుకుని అందులో ఆనందాన్ని పొందుతారు.

పెళ్ళి మనం అందరం అనుకునేటట్టు కేవలం స్త్రీ పురుషుల సంభోగేచ్ఛకు సాంఘిక ఆమోదం మాత్రమే కాదు. అనగా ఆ దంపతులకామ సుఖాలకోసమే అది ఉద్దేశింపబడలేదు. దానితోబాటు వివాహానికి మరికొన్ని

ముఖ్య ప్రయోజనాలున్నాయి. దంపతుల మధ్య కామ సామరస్యంతో బాటు బహుముఖ, ప్రగాఢానుభూతుల సమ్మేళనం ఉండి. అభిరుచులు, సంస్కారము, సంస్కృతి, ఆర్థిక బాధ్యతలు ఉన్నాయి. అవన్ని మేళవించినప్పుడే ఆ దాంపత్యం ఏకోన్ముఖ మవుతుంది దాంపత్యం వయసు పెరుగుతున్న కొద్దీ మొదట్లో ఉండే కామోద్రేకాలు సడలుతాయి ఇతరేతర అనుబంధాలన్నీ ప్రబలమయి విడదీయరాని స్థితికి వారిని తెస్తాయి. కాలక్రమేణా ఆ దంపతుల మధ్య ఏ కామానుబంధమూ లేకపోయినా, వారి పరస్పర ప్రేమ భావనలు మాత్రం సుతలామూ సడలని స్థితికి వస్తారు. అదే మహోన్నత స్థితి. యే కామమూ లేకపోయినా వయోవృద్ధులగు ఆ దంపతులు ఒకరినొకరు క్షణం కూడా విడిచి ఉండలేని అనుబంధముతో ముసి ముసి నవ్వులు నవ్వుకుంటూ కబురులు చెప్పుకునే స్థాయిని ఊహిస్తే వివాహం యెంత పవిత్రమో యెంత ఉన్నతమో ప్రతి ఒకరికీ అర్థమవుతుంది.

యెందుకొచ్చిందిపెళ్ళి

మోడరన్ మేరేజ్ అన్న గ్రంథంలో హెచ్. వుడ్స్ ఇలావ్రాశాడు.

"అందరూ అంటారు యెందుకొచ్చిన పెళ్ళని'' దానికేం ప్రాముఖ్యత ఉంది? పరిణామంలో తగినవే మిగులుతాయిగదా! అన్నీ ముందుకొస్తాయి కొన్నే మిగులుతాయి, అసమర్థులు ఫెయిలవుతారు. వెనకబడి పోతారు: సమర్థులకు దారి ఇచ్చేస్తారు, సమర్థులే. పరిణామ దృక్పథంలో భావి తరాల గుణసంపత్తిని నిర్ణయిస్తారు, మన నవలా సాహిత్యంలోకూడా పాత విలువల్ని పట్టుకుని ప్రాకులాడే పాత్రలు, కొత్త విలువలకోసం పరితపించే పాత్రలు కోకొల్లలుగా కనిపిస్తాయి. తాగుబోతులు వ్యభిచారులు సమాజ

ములో కోకొల్లలుగా ఉన్నారు. పాత విలువల్ని తిరస్కరించి ఈ మహా నుభావులు తమకాలేయాల్ని తామే తినివేస్తారు. తమ మెదళ్ళలోని టిస్యూలను చిద్రం చేసుకుంటారు. ప్రాథమిక ఆరోగ్య సూత్రాలను విస్మరించి కామాంధులు అతిగా సంచరించి. ముప్పయ్యేళ్ళకే నరాల దుర్బలత్వంతో వృద్ధులూ నపుంసకులు అయిపోతున్నారు. వివాహానికి బదులుగా స్వేఛ్ఛా ప్రేమ సమాజం కావాలనుకునేవారు. అతిగా రతిలో పాల్గొవటంవల్లనే మెలి తిరిగిన కాళ్ళు. సడలిపోయిన పళ్ళు. గుంటపడ్డ కళ్ళతో జీవచ్ఛవాల యిపోతున్నారు. మంచి సంతానం, ఆరోగ్య సంతమయిన సంతానం కనవలసిన ఆవసరంలేదా?— అంటే "గడచిన కాలం మీకేమిచేసింది? తినండి. త్రాగండి. సంభోగించండి. రేపే మనం చచ్చిపోవచ్చు" నని ఉమర్ ఖయ్యాంలా సూఫీ వేదాంతం చెపుతున్నారు.

ఈ విధంగా అధిక సంఖ్యాకులు, విచ్చలి విడి తనంతో అత్మ సంయమనం లేకుండా హద్దు తప్పి వ్యవహరిస్తూ వైదొలగుతున్న దశలో. ఆత్మ సంయమనంగల కొద్దిమంది తమ దాంపత్య జీవితాలను అనురాగవంతం చేసుకుంటూ. ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకొంటూ నిలదొక్కుకుంటున్నారు వారినుండే ముందు తరాలకు ఉన్నత శారీరిక, మానసిక గుణాలు సంక్రమిస్తున్నాయి.

ఇలా ఆలోచిస్తే వివాహం యొక్క అవసరం. దానిని దంపతులిద్దరూ కష్టపడి కాపాడుకోవలసిన అగత్యం కనిపిస్తున్నాయి. అందలి శారీరిక. మానసిక ఆరోగ్యపు విలువలు కనిపిస్తున్నాయి. స్త్రీ పురుషులిద్దరూ కామావేశంలో రమించుకోవటంలో ఆనందం లేదని నా అభిప్రాయంకాదు. అది వివాహంలోకూడా ఉంది. ఈ ఆనందాన్ని సమస్త జంతువులూ పొందుతూనే

ఉన్నాయి. మనుష్యులుకూడా వ్యభిచారంలోను దీనిని పొందగలరు.

అయితే మనుష్యుల వివాహ వ్యవస్థలోని ఆనందం ఉన్నత మాన సికానుభవంనుంచి కలుగుతుంది. అది మనుష్యుల నరాల వ్యవస్థ ఇతర జంతువుల నరాల వ్యవస్థకన్నా పొందిన అభివృద్ధిపై ఆధారపడి ఉంది. దీనినే ఎమోషనల్ ప్లెజర్ అంటాము, ఇది జంతువులకు లేదు. వాటికి లైంగికానందమే (సెక్సువల్ ప్లెజర్) ఉంటుంది. మనుష్యులకీ లైంగికానం దముందని ముందే చెప్పాముగదా: అదనంగా ఈ ఎమోషనల్ ప్లెజర్ ఉం టుందని గ్రహించండి.

1. ఈ ఎమోషనల్ ప్లెజర్ మనో హృదయాలు రెండిటిలోనూ సా రూప్యతగల ఇద్దరు ఆలుమగల మధ్యనే కనిస్తుంది.

2. లైంగికానందం సడలిపోయిన రోజులలో ఈ ఉన్నత ఆవేశికా నందమే (ఎమోషనల్ప్లెజర్) అ ఇద్దర్నీ ఏకంచేసి, గృహాన్ని యేర్పాటు చేస్తుంది. ఆ గృహంలో గృహస్థులిద్దరూ మధ్య వయసులోనూ, వృద్ధాప్య తలోనూ సంతృపిగా జీవిస్తూ, తమ పిల్లల వ్యక్తిత్వాలను తీర్చిదిద్దుకో గలుగుతున్నారు. వారే ధన్యులు:'' —హెచ్. వుడ్స్.

సెక్సువల్ న్యూరెస్తేనియా

కొన్ని అంగాలకు మాత్రమే సంబంధించిన. స్థానిక. అనిర్వచనీయ అవలక్షణాల సమూహాన్ని న్యూరెస్తేనియా అంటాము. మనమీ గ్రంథంలో సెక్సువల్ న్యూరెస్తేనియా గురించే చర్చించుకుంటున్నాము.

లైంగికవ్యవహారాలు మనిషిని న్యూరెస్తేనియాకు గాని. హిస్టీరియాకు

గాని దారితీస్తాయని ఆదిలో ప్లాటో చెప్పాడు. ఫ్రాయిడ్ ఈ పరిస్థితిని "సైకోన్యురోసిస్'' అన్నాడు.

దీని లక్షణాలు ఇన్నీ అన్నికావు ఒక్కొక్కరిలో ఒక్కోలా ఉంటాయి. బాగా ఉధృత స్థాయిలో న్యురెస్తేనియా ఉన్న పేషెంటుకు తలనొప్పి. శరీరంలో ప్రతిభాగంలో నొప్పి. నిద్రపట్టకపోవటం (Insomnia) ఆకలి లేకపోవటం (Anorexia) ఏ పనిమీద మనసు కేంద్రీకరించలేకపోవటం, వణుకు (Tremors) ఉంటాయి. కామ బలహీనత సంగతి చెప్పనే అఖరలేదు.

లక్షణాలు

రోజు రోజుకీ మనవారి మూర్ఖత్వం పెరుగుతోంది. దేశకాల పరిస్థితుల్ని గమనించకుండా పాశ్చాత్యానుకరణలో పడి పెళ్ళిళ్ళను ఆలస్యంగా చేసుకోవటం ప్రారంభించారు. ఉదయపు ఎండకి వికారం యెక్కువ ఆ సంగతి అందరికీ తెలుసు ప్రారంభ యవ్వనానికి ఉధృతం యెక్కువని అందరికీ తెలియకపోవచ్చు తెలిసినా వృద్ధుల బుద్ధులకు మసుపు ఎక్కువకదా:

ఈనాటి బ్రహ్మచారులు ఛీ. వాళ్ళు బ్రహ్మచారులేనా? హస్తరతిలోనూ అఘోరతిలోను, స్వప్నస్ఖలనాలతోనూ ఖరాబయి, కుష్కించి క్షీణించి, కొన ప్రాణాలతో జీవచ్ఛవాలవలె తయారయ్యారు అందుకే వారికి ఈ సెక్సువల్ న్యురెస్థేనియా.

వారంతా ఒకటే గోల! అంగం చిన్నది. బీజాలు చిన్నవి. స్తంభన సమయములో అంగం వంకరపోతుంది. అంగంపై ఉబ్బిపోయిన నరాలు బీజాలలో సూదిపోట్లు, స్పెర్మటోరియా, నిస్పృహ. వెన్నునొప్పి, మూత్రంలోమబ్బు

వీర్యం పలచన, వీర్యం దుర్వాసన, స్ఖలనసమయంలో మంట,—ఇలాగ యెన్నెన్నో బాధలు. కొందరికి బాధలు మరీ దుర్భరమయిపోతాయి.

లైంగిక దుర్బలత్వం ఆత్మన్యూనతాభావాన్ని పెంపొందిస్తుంది. నలుగురి ముఖము చూడలేరు. నలుగురిలో తలెత్తుకు తిరగలేరు; తమగుట్టు బయట పడటంకన్నా తాము ప్రాణాలను విడిచిపెట్టటం మంచిదనుకుంటారు. అందుకే అన్ని ఆత్మహత్యలు. దీనికి పురుష ప్రపంచపు అవహేళన వైఖరేకారణం. నపుంసకుడ్ని చూసి పరిహసించినట్లుగా, ఇంకెవర్నీ పరిహసించరు.

సైకిల్ ఇలా అన్నాడు :

మగవాళ్ళకు నపుంసకత్వం ఉంటే ఎంతో స్త్రీలకు జడత్వంఉన్నా అంతే. కాని' జడురాలు తన దురవస్థకు అవమానపడదు. తన స్త్రీత్వానికి లోపం లేదనుకుంటుంది. తన నిష్కాముకత్వం గొప్పదనుకుంటుంది మగవారు అలాకాదే, వాడు నపుంసకుడయ్యాడంటే సగం చచ్చిపోతాడు. యెవరి ముందూ తలెత్తుకు తిరగిలేడు ఈ లోకమే అతగాడ్నిచూసి పగలబడి నవ్వుతోందనుకొంటాడు. ప్రపంచ సాహిత్యములో సగంవంతు నపుంసకుణ్ని అవమానించటానికే అంకితమయింది. కాని నపుంసకురాలు గురించి ఏ సాహిత్యమూ అపహాస్యం చెయలేదు. పైగా పవిత్రురాలని, పతివ్రత అని రంగు పులిమి ఆకాశంలోకి యెత్తివేసింది. పైగా పుంసకురాలయిన స్త్రీని జడత్వంలేని స్త్రీని రసికురాలుగా గౌరవించటానికి బదులు వ్యభిచారిణిగా కించపరిచింది. మగవాడికి రసికత్వమూ, ఆడదానికి జడత్వమూ గౌరవనీయాలయ్యాయి. మగవాడికి జడత్వమూ (నపుంసకత్వం) ఆడదానికి రసికత్వమూ అవమానం పాలయ్యాయి.... తమలో కామం క్షీణించిపోతుందన్న ఆవే

దనతో ఆత్మహత్య చేసుకున్న మగవాళ్ళే ఉన్నారుగాని, అదేకారణంతో ఆత్మహత్య చేసుకున్న ఆడవాళ్ళు మచ్చుకు ఒక్కరుకూడా లేరు ఇందులో చాలాఆత్మహత్యలు సులువుగా నివారింప దగినవేనన్నది వేరే విషయం''

హావలాక్ ఎల్లిస్ యిలా అంటున్నాడు :

"ఈ ప్రపంచ వైఖరి చాలా చిత్రంగా కనిపిస్తుంది. అత్యధికకామముతో స్త్రీలోలుడయిన పురుషుణ్ని అసహ్యించుకొంటుంది. అరిషడ్వర్గాలలో కామానికి ప్రధాన స్థానమిచ్చింది. మనిషికి 1 వ నెంబరు శత్రువు కామమే అంటుంది కనుక సంఘమర్యాదలెరిగిన వాడు కామాన్ని తన శత్రువుగా భావించి, దానిని పూర్తిగా, అసలు లేకుండా పోయే స్థాయికి అణచుకున్నాడనుకోండి, పూర్తిగా పోగొట్టు కున్నాడనుకోండి. వాడిని పూజించాలిగా: సంఘం అలాచేయదు. పోగా వాడ్ని నపుంసకుడని గేలిచేసి, వాడి భార్యపై చొరవతీసుకోవటానికి ప్రయత్నిస్తుంది. మగవాడిని మానసికంగా హింసించి, ఆత్మహత్యకు తరుముతుంది. ఈ ద్వంద్వ వైఖరే అసహ్యం.

మనిషికి అజీర్తి కలిగిందంటే పెద్ద బాధపడం: నెర్వస్ డిస్టర్బెన్స్ అవి గ్రహించి మందు తీసుకుంటాం. చప్పునే బాగుపడతాము. అలాగే నెర్వస్ డిస్టర్బెన్స్ వల్ల స్త్రీ ముందు అంగస్తంభనం కాకపోయినా రతిమధ్యలో స్తంభన వైఫల్యం కలిగినా తాత్కాలికంగా అనారోగ్యముగా భావించి నిశ్చింతంగా నిద్రపోము. మరేదో అయిపోయినట్లు, ఘోరావరాధమేదో చేసినట్టు వణికిపోతారు. తలనరుక్కు పోయినట్లయిపోతాడు. అజీర్తి యెంతో ఇదీ అంతేకదా! అజీర్తికి పడని భయాందోళణలు దీనికిమాత్రం ఎందుకు?

అయినా నపుంసకత్వం ఒకరకం దౌర్భల్యమే. ఇది పుట్టుకనుంచీ

ఉన్న శారీరిక లోపంవల్ల రావచ్చు. లేదా సున్నితమయిన మానవ సైంగిక యంత్రాంగంలో నెర్వస్ బ్యాలన్సు తప్పినందువల్ల వచ్చింది. కావచ్చు ముఖ్యంగా అతి సున్నిత మనస్కులకే అప్పుడప్పుడు ఈ స్థితి సంక్రమిస్తుంది.

స్థూలంగా అజీర్తికీ నపుంసకత్వానికి తేడా యేమీ లేదు. రెండిటికి చికిత్స ఉంది. మేధావులలో నిష్కామకత్వం యెక్కువగా ఉంది. "కార్లయల్, కౌపర్. రస్కిన్, జె. యస్. మిల్ వంటి ఉద్దండులంతా నపుంసకులే"

సెక్సువల్ న్యూరెస్థేనియా బాగా యెక్కువ అయినప్పుడు సెక్సువల్ హైపోఖోండ్రియాగా మారుతుంది.

చాలామంది మానసిక నపుంసకత్వంతోనే బాధపడతారు. ఊహలు. అనుమానాలు, భయాలు దానికి కారణం. క్రమంగా వారి ఆలోచనలన్నీ కేవలం వారి జననాంగాలకే పరిమితమయిపోతాయి, యెప్పుడూ వాటిగురించే ఆలోచన బెంగ, అంగం నానాటికి చిన్నదయిపోతుందని వీర్యం పలచన అయిపోతుందని, తన పురుషత్వం నశించిపోతుందని.... ఈ విధంగా జననాంగాల క్షయగురించి బెంగటిల్లుతూ ఆత్మహత్య యెలా చేసుకోవాలో ఆలోచించుకుంటారు. అందుకూ ధైర్యం లేకపోవటం అదృష్టమే.

యేమాత్రం అనుభవమున్నా డాక్టరు పేషెంటు ముఖం చూసి. అతనికి సెక్సువల్ హైపోఖోండ్రియా ఉన్న సంగతి గ్రహించగలడు. వాళ్లు నోరు విప్పకుండానే వారి వ్యాధి లక్షణాలను విప్పి చెప్పగలడు. ఆ స్థితికి వచ్చిన కేసుల్ని బాగుచేయటం కష్టం. శారీరిక సత్యాలను క్రమక్రమంగా

తెలియజెప్తూ ముందుగా బుద్ధి వికాశాన్ని కలిగించాలి. ఆ తరువాత నేర్పుగా వారిని త్రోవలోకి తీసుకొచ్చి. తమ కామసామర్థ్యాన్ని రుజువుచూసుకునేటట్లు చేయాలి. ఇందుకు అతని భార్య సహకరించాలి. అప్పుడు గాని అతనికి ఆత్మవిశ్వాసం కలగదు. సెల్ఫ్‌స్టార్టర్ చెడిన కారును తోస్తే కదులుతుంది. ఆత్మ విశ్వాసం చెడిన మనిషిని త్రోసినా కదలడు.

ఆత్మ విశ్వాసం చెడిన దశలోనే ఈ పేషెంటు డాక్టరు దగ్గరకు వస్తాడు. అదయినా అతనంత అతనుకాడు. భార్య తొయ్యగా తొయ్యగా విధిలేక వస్తాడు. ఒహపట్టాన విడవడు. చెప్పింది సరిగా వినిపించుకోడు విన్నా అర్థం చేసుకోడు. మళ్ళీ మళ్ళీ అడిగిందే అడిగి, యెంతకీ వదలక విసుగెత్తిస్తాడు, కనుక డాక్టరు వీళ్ళని "చికాకు మనుష్యుల" ని (Obnoxious Callers) అసహ్యించుకుంటాడు. అది సబబుకాదు. వాళ్ళ యందు మనము సానుభూతితో వ్యవహరించ వలసిందే. పేషెంటు చికాకు మనిషి అనిపించినప్పుడు అతని కేసు హిస్టరీనంతా తెల్లకాగితంపై వ్రాసి యిమ్మని కోరండి అదే చాలానయం.

సెక్సువల్ హైపోఖోండ్రియాక్సు స్వతహాగా న్యూరెస్థెనిక్ మనుష్యులే అయినప్పటికి వారి లైంగిక లక్షణాలు మానసిక నపుంసకత్వానికి చెందినవికావు. అశాస్త్రీయ సాహిత్యాన్ని చదివినందువలన బాల్యంలో చెత్తకథలు విన్నందువల్ల కలిగిన దురభిప్రాయాల ఫలితమిది వాళ్ళకి శారీరక సత్యాలను ఓపికతో చెప్పాలి. సైకో ఎనాలిసిస్‌చేసి, సైకిక్ చికిత్స చేయాలి, యిదే నేను చేస్తున్నపని దీనితోనే మనుష్యులు మామూలు మనుష్యులయి. వ్యపూర్ణంగా సుఖించగలుగుతున్నారు.

పుంసత్వం కలిగినవారే కావచ్చు, కొన్నేళ్ళు దాంపత్య సుఖాలను

భవించినవారే కావచ్చు. వాళ్ళకి కొన్ని పరిస్థితుల ప్రభావంవల్ల ఒంటరి జీవితంలో న్యూరెస్థేనియా వచ్చే అవకాశం ఉంది. కొందరు ఏకాంతవాసంలో హస్తరతి ద్వారా ఉద్వేగాన్ని చల్లార్చుకుంటారు. కొందరికది నచ్చదు. వారు (నెర్వ్) అయిపోతారు. కొందరు భజనలలోనూ సంఘ సేవలలోనూ పడి కామోద్వేగాన్ని మరచిపోతారు. కఠిన బ్రహ్మచర్యంవల్ల న్యూరెస్థేనియావచ్చే ప్రమాదం ఉందని మరచిపోవద్దు. ముఖ్యంగా మగవాళ్ళ కన్నా స్త్రీలకే న్యూరెస్థేనియా ప్రస్ఫుటంగా కనిపిస్తుంది, వాళ్ళకి కామాన్ని అణచుకోవటం అలవాటయిపోతుంది గనుక!

కనుక న్యూరెస్థేనియా ఉన్న సందర్భాలలో లైంగిక దోషాలున్నాయని సెక్సాలజిస్టు భావించటం న్యాయం. అయితే ఒకే లక్షణాలు ఇద్దరిలో కనిపించినప్పటికీ యిద్దరికీ ఒకే వ్యాధి కారణం కాదు కొందరికి లైంగిక కారణాలుంటే కొందరికి ఉండవు.

చికిత్స

చికిత్సకు సంబంధించి నంతవరకూ ముందుగా పేషెంటుకు శారీరిక సత్యాలను తెలియజెప్పాలి. అతని మనసులో గాఢంగా నాటుకున్న దురభిప్రాయాలను సమూలంగా తొలగించాలి. సైకో ఎనాలిసిస్ చేయాలి. Strychnia, Gl co phosphates Vitamin B. one. Lupulin Bro ide బాగా పనిచేస్తాయి నిద్రలేమి, అజీర్తి, మలబద్ధం ఉంటే పోగొట్టాలి, రక్తం, వీర్యం, మూత్ర. వీటికి సంబంధించినపరీక్షలు జరపాలి

అవసరమయితే End crine చికిత్సకూడా చేయాలి, స్వప్న స్ఖలనాల సంఖ్యను తగ్గించటానికి, కామదుర్బలత్వాన్ని పోగొట్టటానికి, అలస

టను తొలగించటానికి తగు మందులివ్వాలి. మేము పైపెక్సు. సెక్సుటోను అయింటుమెంటు ఇవ్వటంద్వారా న్యురెస్తేనియాను పోగొట్టగలుగుతున్నాము.

కొందరు మందులు వాడుతున్నా స్త్రీ సంపర్కాన్ని పెట్టుకోకూడదు. కొందరు పెట్టుకోవచ్చు పరిస్థితిబట్టి సలహా ఇవ్వాలి. హల్వా. గుడ్లు. మిఠాయి కాయగూరల పచ్చళ్ళు. ఆకుకూరల పులుసూ తినమనాలి అలాచేయటంద్వారా మూడు నెలలలో అతని పుంసత్వం పరిపూర్ణంగా అతనికే ఆశ్చర్యం కలిగేటంత గొప్పగా పెంపొందుతోంది.

స్త్రీలగురించి

ఆడవాళ్ళకయినా ఇదే మంచి చికిత్స. మెటొచ్చే మందులలో పై పెక్సు ఒక్కటి వాడుకుంటేచాలు.

ఆడవాళ్ళ లైంగికబాధల్ని చెప్పకోరు పొత్తికడుపులో నెప్పిగా ఉంటోం దనీ. వెన్ను అడుగున నెప్పిగా ఉంటున్నదనీ. ఎక్కువగా మూత్రం పోసుకో వలసివస్తుందనీ. తెల్లబట్ట బాగా అవుతోందనీ చెపుతారు. ఇవిలైంగిక సమస్యలు కావు.

సెక్సువల్ న్యురెస్తేనియా కలిగిన స్త్రీలకు రాత్రి నిద్ర బాగాపట్టదు. చిరాకు ఎక్కువ. కలహ ప్రియత్వం ఉంటుంది. తలనొప్పితో బాధపడతారు ఊరికే ఏడవాలనిపిస్తుంది. ఇవన్నీ హిస్టీరికల్ లక్షణాలే. పెళ్ళికాకుండా ఇర వయిపడిలో పడ్డకన్యలు దాంపత్య సుఖంలేని వివాహితలు. వితంతువులు ఇ విధంగా బాధపడితారు. వారికి S:dlatives గాని. హార్మోన్సు గాని ఇచ్చి ఉపశమనం కలిగించవచ్చు. కాని, అన్నిటికన్నా సంతృప్తికరమయిన ర సుఖాన్ని కలిగించటమే ఉత్తమ చికిత్స. అసంతృప్త. కామంతో శారీరకం

బాధపడే స్త్రీలుకూడా ఒక్కకాన్పుతో ఉపశమించటం జరుగుతుంది దానికి కారణం వేరు. బిడ్డను చూసుకుని, మరచిపోతుంది. అసంతృప్త కామానుభవంవల్లనే కొందరు స్త్రీలు హస్తరతికిగాని. వ్యభిచారానికిగాని పాల్పడతారు. అది వారి తప్పుకాదుగదా:

పెళ్ళయి మూడు నాలుగేళ్ళు గడిచేదాకా ఒక్కసారయినా రతి జరుపుకోని దంపతులున్నారు. అలా చేస్తే పిల్లలు పుడతారని భయంట! ఈ విధంగా పిల్లలు పుడతారన్న భయంకొద్దీ రెండుమూడేళ్ళు నియమిగా నిగ్రహించుకున్నప్పటికీ పరిణయకళలో పాల్గొవటం జరుగుతుండేది. అతగాడు రోజూ రెండుసారులు హస్తరతి చేసుకునే వాడట! ఈసారి కలుసుకుందామని భార్య తయారయింది, అయితే భర్తకు రతి ముందే స్తంభన వైఫల్యం ఎదురయింది యిలాంటి కేసులుకూడా వచ్చాయి.

భర్తకు శీఘ్రస్కలనం ఉన్న అదున భార్యకు న్యూరెస్థేనియాగాని. సెక్సువల్ హైపరేస్థేషియాగాని వచ్చిన సందర్భాలెన్నో ఉన్నాయి. స్త్రీకి కూడా కామానుభూతులు, కామవాంఛా ఉంటాయనీ. అవి తీరకపోతే ఆమె మనసూ శరీరమూ చెడిపోతాయని ఈనాటికికూడా సమాజమూ. వైద్య ప్రపంచమూ గుర్తించకపోవటమే శోచనియం. అందుకే చాలా సంసారాలు అశాంతికీ అస్థిరత్వానికీ లోనవుతున్నాయి..

అందుకే పరిణయకళ చదవండి

Edited, Printed and Published by Sri D. RAMSHA
at Dharmachakra press, SAMALKOT. Phone 174